Der Lesegruß

August 1944

Unseren Wehrmachtsangehörigen gewidmet

Ambi-Budd Preßwerk

Gesellschaft mit beschränkter Haftung

Berlin-Johannisthal

Inhalt:

	Seite
Kohl, Drei alte Herren	1
Hollander, Zart und zäh	4
Hollander, Oktobermond, wechselnd und unvergänglich	6
Licht aus einer anderen Welt	11
Baader, Erinnerungen an die Schulzeit	15
Lerbs, Ewige Mutter	18
Waldweber, Was aus ihm geworden wär	19
Riebau, Herr Schandal begibt sich in seine Wohnung	21
Betsch, Das landwirtschaftliche Erlebnis	25
Rösler, Vorfahrtsrecht	28
Baresel, Untergang der alten Perser im Waschfaß	30
Krug, Theateranekdote	32
Gäfgen, Der Marschall-Vorwärts-Tisch	33
Fischer, Pech	35
Rösler, Abenteuerliche Geschichten	36
Lerbs, Bremische Anekdoten	38

*

Herausgeber: Paul Schaaf

Verlag
der Buchhandlung Dr. Friedrich Middelhauve
Leverkusen-Wiesdorf

Der Lesegruß

WILHELM KOHL

Drei alte Herren ...

Jeden Vormittag um einhalbelf Uhr trafen sich die drei alten Herren zu einem kleinen gemeinsamen Spaziergang: der Herr Oberstraßenmeister a. D., der Herr Gutsverwalter a. D. und der Herr Steuerinspektor a. D. Das waren sie seit Jahren so gewohnt.

Am Nachmittag und am Abend zuvor hatte jeder mit Eifer seine Zeitung studiert, und nun wollte natürlich einer den anderen mit dem Neuesten und Wichtigsten überraschen.

Aber das Neueste wußte jeder immer schon selbst, und was das Wichtigste war, darüber gingen die Meinungen der drei alten Herren sehr weit auseinander. Für den Herrn Oberstraßenmeister waren es die Wege- und Verkehrsangelegenheiten, für den Herrn Gutsverwalter die landwirtschaftlichen Belange, und für den Herrn Steuerinspektor die Finanz- und Steuersachen.

So kam es, daß jeder an dem Wichtigen und vornehmlichen Belangreichen nach der Meinung der anderen himmelweit vorbeiredete und seine Zuhörer fürchterlich langweilte mit seinem abwegigen Gerede. Und man konnte beobachten, wie einmal der Herr Steuerinspektor aufgeregt und mit ratlos zum Himmel emporgereckten Händen einige Schritte davonlief, und wie ein anderes Mal der Herr

Gutsverwalter, wenn von Steuer- oder Verkehrsangelegenheiten die Rede war, verzweifelt dasselbe tat.

Der Herr Oberstraßenmeister konnte nicht einige Schritte davonlaufen, er war der älteste der Drei, rasche, ausgreifende Bewegung lag ihm am allerwenigsten, er konnte nur stehen bleiben, kopfschüttelnd und vollkommen verständnislos, wie jemand einer Steuer- oder einer puren Landwirtschaftssache eine so ausschweifende Wichtigkeit beizumessen vermochte.

Und so war es denn nicht verwunderlich, daß sie sich am Ende ihres Spaziergangs jedesmal völlig auseinander geredet hatten, die drei alten Herren. Aber am nächsten Vormittag um einhalbelf Uhr kamen sie dann wieder zusammen.

Einmal, als die Sonne so recht angenehm vom Himmel herunterschien, setzten sich die drei Spaziergänger auf eine Bank. Sie hatten sich bereits tüchtig auseinander geredet, mit Verkehrs-, Steuer- und Landwirtschaftssachen, und so saßen sie schweigend, einer an der Verbohrtheit der anderen verzweifelnd, im warmen Sonnenschein und stocherten mit ihren Stöcken und ihren Blicken und Gedanken vor sich hin.

Da hörte der Herr Oberstraßenmeister plötzlich mit Stochern auf. Sein Blick war auf einen Tautropfen im Gras gefallen, wie der in der Sonne strahlte und flimmerte, in einer geradezu unwahrscheinlichen Klarheit. Der Herr Oberstraßenmeister staunte; er meinte so etwas noch nicht gesehen zu haben, und er machte auch seine Gefährten, den Herrn Steuerinspektor und den Herrn Gutsverwalter, darauf aufmerksam.

Die betrachteten den Tautropfen nun auch eingehend. Sie staunten ebenfalls und mußten zugeben, daß es in der Tat etwas ganz Wunderbares sei, dies Funkeln und Blitzen, fast wie garnicht von dieser Welt. Je länger man es anschaute, meinte der Herr Steuerinspektor, desto märchenhafter komme es einem vor. Er habe das eigentlich noch nie so recht gesehen.

Er habe schon oft Tautropfen gesehen, sagte der Herr Gutsverwalter, aber so recht mit Ruhe und Aufmerksamkeit auch noch nicht. Ordentlich andächtig könne man dabei werden.

Hm — wenn man 's genau nehme, meinte der Herr Oberstraßenmeister nach einer kleinen Weile, so sei das mit dem grünen Gras hier zum Beispiel nicht viel anders. Das Grün, wenn man sich richtig hineinschaue, sei doch auch ganz wunderbar. Man komme da an gar kein Ende. — Oder das Blaue da am Himmel, oder die weiße Wolke. — Die drei alten Herren schauten —, und sie sahen sich etwas verwundert an. In der Tat, wenn man 's recht bedachte und betrachtete, — es war wunderbar, mehr konnte man fast nicht sagen. Und man konnte richtig andächtig dabei werden, wie der Herr Gutsverwalter gesagt hatte.

Man komme sich auch viel zugehöriger vor — dem allen, meinte der Herr Steuerinspektor, indem er ringsum in die Landschaft deutete, wenn man das alles so recht mit Teilnahme und Aufgeschlossenheit betrachtete.

Ja, viel einiger mit Gottes Welt, sagte der Herr Oberstraßenmeister. Das sei nun aber allerhand, meinte der Herr Gutsverwalter, — man brauche sich anscheinend selbst nur ein wenig aufzutun und verständig um sich zu schauen, und schon sei man nicht nur dabei und draußen, sondern mitten drin.

Vielleicht rühre man damit an das Herz der Dinge, mit der Teilnahme und Zuneigung, meinte der Herr Oberstraßenmeister, — an das große Herz, das in allem walte, und es könne dann nicht anders als sich mitteilen.

Sie sahen sich wieder an, die drei alten Herren, — lächelten, nickten. Und sie sahen noch mehr an diesem Vormittag, das sie ansprach, und das sich ihnen mitteilte — fast mehr als einer fassen konnte, wie sie meinten.

Und als sie dann nach Hause gingen, viel später als sonst, da hatten sie sich keineswegs auseinander geredet, im Gegenteil, sie waren völlig eines Sinnes. Und wenn sie sonst wohl recht stachelig und grätig sein konnten daheim, weil sie sich, einer am andern, ja nur gestoßen und gerieben hatten auf ihrem Spaziergang, so waren sie heute — ihre Frauen und Töchter vermochten sich nicht genug darüber zu wundern — die Freundlichkeit und die Umgänglichkeit selbst.

WALTER VON HOLLANDER

Zart und zäh

Porträt einer Frau als Gleichnis.

Das Bildnis, das ein guter Maler von ihr gemacht hat, zeigt eine kleine, schmale Frau, achzig Jahre alt, mit Augen, in die alles Feuer eines heftig brennenden Lebens hineingeflossen ist, mit etwas zu fest gepreßten Lippen und mit Wangen, in die der Griffel der Sorge seine unverwischbaren Runen eingetragen hat. Sie sitzt sehr gerade. Die Hände ruhen im Schoß. Aber man sieht, daß sie das nicht gelernt haben und nicht verstehen. Eher könnten sie gefaltet sein. Aber — so steht in ihr Tagebuch geschrieben — man soll nicht öffentlich beten, und wer nicht Zeit hat, die Hände zu falten, kann es durch Arbeit seinem Herrgott vortragen.

Sie stammte aus einer Beamtenfamilie im Breslauer Winkel. Ihr Mann war ein ausgezeichneter Musiker, 1,92 m groß und entsprechend breit. Ein ganzer Kerl, von großen Gaben, aber wild und zuweilen auch zügellos, wenn die übergroßen Kräfte mit ihm durchgingen, wenn die unfangbare Unruhe ihn zwang, in Mondnächten zweispannig um die kleine Stadt zu jagen oder mit seinen Kumpanen nächtelang nach verlorenen Melodien zu suchen.

Manchmal wußte sie acht Tage nichts von seinem Verbleib. Dann setzte sie sich schließlich ihren kleinen, federgeschmückten Kapotthut auf, nahm die Spitzenmantille um die Schultern und „holte ihn ab". Sie fand ihn immer sofort. Sie nahm ihn am Arm, und der Riese ging schweigend mit ihr, die ihn ohne Vorwurf und Frage nach Hause brachte.

Wortlos lenkte sie auch sein materielles Leben. In guten Zeiten brachte sie Geld beiseite und „zauberte" es in schlechten Zeiten wieder her. Sie brachte ihn dazu, regelmäßig zu arbeiten und Konzerte zu geben, obwohl er das Publikum haßte. „Nebenbei" erzog sie dreizehn Kinder, von denen vier jung starben, neun aber kraftvoll und stetig in das Leben hineinwuchsen. Als sie 60 war, starb der Mann und wurde lange von ihr betrauert. Aber einsam wurde sie deshalb nicht.

EINLEITUNG.

Es kommt jeden Tag vor, daß Volksgenossen — Soldaten oder Zivilisten — die sich krank fühlen, vom Arzt abgewiesen und für arbeitsfähig erklärt werden. Der Grund dafür is selbstverständlich, daß unter den totalen Kriegsverordnungen die Ärzte Anweisung haben, keine Arbeitskraft auch nur für einen einzigen Tag aus dem Betrieb zu lassen, solange es irgendwie vermeidbar ist. Ein Arzt, der seinen Beruf ernst nimmt, und dem das Wohl seiner Patienten am Herzen liegt, wird das bedauern. Aber die weitaus größte Zahl der Ärzte hat sich längst damit abgefunden, daß die medizinische Wissenschaft heute nicht mehr für das Wohl der Leidenden da ist, sondern nur noch dazu dient, den totalen Kriegsbetrieb rücksichtslos aufrecht zu erhalten.

Der Arzt steht eben unter demselben Druck wie jeder andere Volksgenosse auch, und selbst wenn er gewissenhaft und anständig ist, kann er sich nur schwer entschließen, einen Patienten krank zu schreiben, der „nur" an Kriegsermüdung des Organismus leidet. Um nicht selbst in eine sehr unangenehme Lage zu kommen, muß er warten bis das schleichende Übel zum gewaltsamen Ausbruch einer mehr greifbaren Krankheit geführt hat, d.h., bis der Patient völlig zusammengebrochen ist.

Was kann man dagegen tun ?

Dein Arzt kann nur einschreiten und helfen auf Grund der Angaben, die du selbst machst, wenn du in die Sprechstunde kommst. Grundvoraussetzung ist also, daß du in der Lage bist, deine Beschwerden in der richtigen Weise darzustellen. Dabei wird dir die vorliegende Schrift wertvolle Dienste leisten.

Dein Körper im Kampf.

Ob ein Krankheitskeim ein bestimmtes Organ angreift, oder ob ein Bombensplitter oder ein Maschinenrad das lebendige Gewebe zerfetzt — immer haben wir dasselbe Bild :

Ein Feind ist eingedrungen und hat im ersten Ansturm einen gewissen Schaden angerichtet, und der überfallene Körper ruft dagegen alle seine Lebenskräfte zur totalen Mobilisation auf. Davon, welche Kräfte dem Körper zur Verfügung stehen, hängt der Ausgang des Ringens ab. Tatsächlich kann ein völlig gesunder Körper oft einen

solchen Angriff abschlagen, ehe sein Besitzer überhaupt etwas davon gemerkt hat.

Es ist klar, daß unter kriegsgemäßen Lebensbedingungen unser Körper häufigeren und schwereren Angriffen ausgesetzt ist, und daß daher die Frage der verfügbaren „Reserven" eine viel dringendere ist, als in Friedenszeiten. Die andauernden „Vorpostengefechte" rufen jetzt, im sechsten Kriegsjahr, bei so gut wie jedem Volksgenossen die sogenannte „Kriegsermüdung" hervor, die zweifellos die Hauptursache für das Zunehmen von Infektionskrankheiten sowohl wie von Verletzungen durch Unfall ist.

Was heißt „Kriegsermüdung" ?

Wir müssen uns darüber klar sein, daß „Kriegsermüdung" das Resultat verschiedener, zusammenwirkender Ursachen ist. Kein Arzt kann auseinanderklauben, welche Krankheitserscheinung gerade von welchem der vielen Faktoren herkommt, aus denen sich die Kriegsermüdung zusammensetzt. Alles, was der Arzt feststellen kann, ist: Die kriegsbedingte Lebensweise war für den Patienten zu viel — daher sein „plötzlicher" Zusammenbruch. So plötzlich kommt der Zusammenbruch gar nicht; er bereitet sich langsam vor und kann ganz vermieden werden, wenn die Gefahrenzeichen frühzeitig erkannt werden und eine geeignete Behandlung rechtzeitig angewendet wird. Vielleicht hat wirklich ein einzelner Faktor in der Symptomgruppe Kriegsermüdung die Krankheit verursacht — gewöhnlich aber nur, weil alle die übrigen Faktoren zusammen die Widerstandskraft des Patienten schon seit langem untergraben hatten. Die Gefahr liegt darin, daß die schleichende Erkrankung erst ernst genommen wird, wenn der Patient zusammenbricht „Principiis obsta" sagt der weise Lateiner — „Widerstehe den ersten Anfängen". D.h., es ist leichter und wirkungsvoller, die brennende Lunte auszulöschen, als zu warten, bis die Bombe hochgegangen ist, und dann den Schaden fortzuräumen.

Die wichtigsten Faktoren der Kriegsermüdung sind :

Unzureichende Allgemeinernährung.
Unzureichende Zufuhr einzelner, wichtiger Nährstoffe.
Vitaminmangel.
Überanstrengung, körperliche und geistige.
Unzureichende Entspannung und Erholung.
Nervöse Anspannung (Angst, häufig angreifender in der Form von Angst für andere als in der Angst für die eigene Sicherheit, z.B. während Luftangriffen.)
Sorgen und Schwierigkeiten im täglichen Leben.

Jede einzelne der „kleinen Sorgen" mag noch tragbar sein, man darf aber nicht ihre akkumulierende Wirkung übersehen.
Durch die jahrelange ständige Einwirkung dieser Faktoren wird schließlich auch der starke, gesunde, „normale" Mensch zu dem, was man in Friedenszeiten einen „schwächlichen anfälligen Menschen" genannt hätte.

Grenzen unsrer Kraft.

Mit bloßer Willensanstrengung ist da nichts zu machen. Wer sich einzureden versucht, daß er die Kriegsermüdung mit seinem Willen überwinden kann, der begeht einen Irrtum, der sich früher oder später rächen muß. Eine solche übermenschliche Anstrengung macht den endlichen Zusammenbruch nur unvermeidlicher und schrecklicher. Jedes Lebewesen hat eine Grenze seiner Kraft, über die hinaus es sich nicht ungestraft anstrengen darf. Ein starker Wille kann den Menschen über diese Grenze hinaustreiben — in sein Verderben.

Typische Wirkungen der Kriegsermüdung.

Es wäre sinnlos, zu leugnen, daß wir alle heute mehr oder weniger Opfer der Kriegsermüdung geworden sind. Es ist daher ungemein wichtig, daß jeder Volksgenosse sich über die Ursachen, Wirkungsweise und Bekämpfung dieses schleichenden Übels im Klaren ist.
Die Kriegsermüdung greift den menschlichen Körper auf zwei Wegen an:
1.) Sie setzt die Widerstandskraft des Körpers gegen Ansteckungen und Vergiftungen herab. Das erklärt die erschreckende Zunahme von Krankheiten wie Bauchtyphus, Flecktyphus, Dysenterie, Grippe und Tuberkulose unter Kriegsbedingungen. (Nach Feststellung des SS-Röntgen-Sturmbanns gibt es jetzt zwei Millionen Fälle von aktiver Tuberkulose in Deutschland!) Es erklärt weiter, warum leichte Nahrungsmittelvergiftungen, die der Körper in normalen Zeiten ohne jede Schwierigkeit überwinden würde, heute oft zu langem Siechtum und manchmal zum Tode führen. (Fälle von Ergotismus (Mutterkornvergiftung) waren vor dem Kriege in Deutschland unbekannt. Seit Einführung des Drittelbrots starben rund 8700 Personen an Mutterkornvergiftung!)

2.) Kriegsermüdung greift das Nervensystem an, sodaß die Kontrolle über gewisse Körperfunktionen gestört oder unterbrochen wird.
Hierher gehören in erster Linie die verbreiteten Verdauungsbeschwerden, chronische Verstopfung und Durchfälle, sowie als Folgekrankheiten, Geschwür- und Krebsbildungen im Magen-Darmkanal.

Eins der deutlichsten Beispiele, wie die verschiedenen Faktoren der Kriegsermüdung zusammenwirken ist die sogenannte

Wanderlähmung,

die sich heute in erschreckendem Tempo, besonders unter weiblichen Arbeitskräften ausbreitet. Gerade jüngere, „gesunde" Frauen, die besonders stolz auf ihre Kraft und Ausdauer sind, fallen ihr zum Opfer, weil sie am ehesten geneigt sind, die ersten, scheinbar harmlosen Gefahrenzeichen zu übersehen.

Der typische Verlauf ist folgender: Am Morgen oder nach einer Ruhepause fühlt sich ein Arm oder Bein steif und geschwollen an, es ist unnatürlich kalt oder heiß und manchmal gerötet. Bewegungen sind erschwert, schwächlich und oft ganz unmöglich. Gewöhnlich bedeutet der Anfall für den Patienten nur ein bis zwei Tage Hilflosigkeit; Bettruhe und Pflege lassen die Lähmung meist bald verschwinden, und der Patient kehrt zur Arbeit zurück. Aber nach wenigen Tagen, manchmal schon nach Stunden, kehrt die Lähmung um so stärker zurück. Nur eine längere Ruhepause (wenigstens 2—3 Wochen) bei sorgsamer Pflege und Kraftdiät verspricht länger andauernde Besserung. In gewissen Fällen sind nicht die Glieder betroffen, sondern die Muskeln der Augenlider, sodaß der Patient unfähig ist, die Augen zu öffnen, oder die Stimmbänder sind gelähmt und der Patient kann bestenfalls flüstern. Das Typische des Krankheitsbildes ist, daß bei jedem Anfall eine andere Muskelgruppe betroffen sein kann (daher „Wanderlähmung").

Ein anderes, gutes Beispiel dafür, wie die verschiedenen Faktoren der Kriegsermüdung zusammenwirken, finden wir in der auffallenden Verbreitung der sogenannten Luxation des Sacro-Iliacgelenks (siehe Abbildung 1.) bei arbeitenden Frauen in Kriegszeiten.

Es handelt sich bei dieser Beschwerde, die im Frieden fast ausschließlich bei Wöchnerinnen vorkommt, um eine leichte Verrenkung des Gelenks zwischen Kreuzbein und Becken. Durch die Anstrengung der Geburt, oder bei Mädchen manchmal durch einen leichten Fall, wie er täglich als Folge der Verdunkelung vorkommen kann, werden die Bänder, die die beiden Knochen miteinander verbinden, gedehnt, und das Kreuzbein befindet sich danach dauernd in einer leicht verschobenen Lage. Die Verschiebung ist so gering, daß sie meist nicht einmal im Röntgenbild feststellbar ist. Die Folgen dagegen machen sich sehr deutlich bemerkbar: Starke Druckempfindlichkeit über der betreffenden Stelle (am äußersten Ende des Rückens), ein dumpfer, rheumatismusartiger Schmerz im Kreuz, oft die Oberschenkel herunterlaufend („Ischias-

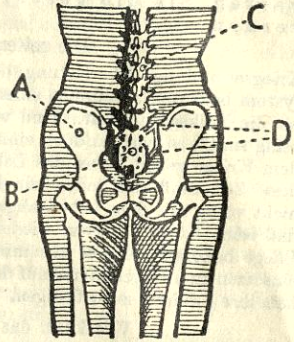


Abbildung 1.
Das Sacro-Iliacgelenk, von hinten gesehen, (schematisch). A) Becken (*iliacum*). B) Kreuzbein (*Sacrum*). C) Wirbelsäule. D) (Rechtes) Sacro-Iliacgelenk.

schmerzen"), häufig auch ziehende Schmerzen im Becken („als ob die Därme herunterkämen"). Die Schmerzen sind am schlimmsten im Stehen, werden aber gewöhnlich bald so stark, daß selbst im Bett keine schmerzfreie Lage gefunden werden kann. Jede Muskelanstrengung verschlimmert die Beschwerde bis zur völligen Arbeitsunfähigkeit. Sie treten so gut wie immer nur an einer Seite auf.

Auch hier ist die Erklärung, daß die fortgesetzte Einwirkung der Faktoren der Kriegsermüdung die Patientin in einen Zustand versetzt haben, der dem der Erschöpfung nach den Anstrengungen von Schwangerschaft und Geburt sehr ähnlich ist. Gewebe und Nerven sind allgemein erschlafft, „abgearbeitet", die Körperreserven „ausgegeben", sodaß eine Beanspruchung der betreffenden Bänder, die unter normalen Bedingungen ungefährlich wäre, die geschilderten Folgen hervorruft. Das ist auch der Grund, warum jetzt zum ersten Mal häufigere Fälle von Luxation des Sacro-Iliacgelenks bei Männern beobachtet werden. Auch unter ungünstigen Lebensbedingungen wird im Frieden der männliche Körper kaum jemals zu einer so weitgehenden Erschöpfung seiner Reserven veranlaßt, wie sie Schwangerschaft und Geburt im weiblichen Organismus hervorrufen.

Die völlige Ausheilung einer solchen Luxation ist möglich, sie ist sogar an sich nicht schwierig, hängt aber völlig von der Möglichkeit ab, der Patientin eine lange Periode der absoluten Ruhe zu gewähren, und sie allgemein zu kräftigen. Rückfälle sind unter kriegsgemäßen Lebensbedingungen unvermeidlich. Auch hier ist die beste Politik, es gar nicht erst so weit kommen zu lassen, und mit der Behandlung nicht zu

warten, bis die geschilderten Symptome ernst werden.

Die rettende Krankheit.

Kriegsermüdung, Überlastung der Ärzte und das totale Antreibersystem bedeuten zusammen einen unvorstellbar gefährlichen Raubbau für die Volksgesundheit. Und wenn auch „Menschenleben im Kriege billig sind", so wird es doch einmal wieder eine glücklichere Zeit nach dem Kriege geben, wenn das Leben wieder lebenswert sein wird. Für diese Zeit muß sich jeder sein kostbarstes Gut erhalten. Wer noch nicht völlig mit dem Leben abgeschlossen hat, wird also dafür sorgen, daß seine Körperreserven wiederaufgebaut werden, daß er Ruhe und Pflege bekommt, ehe er zusammengebrochen ist. Er wird alle Mittel einsetzen zum Gegenangriff auf die Kriegsermüdung, ehe sie Zeit gehabt hat, ihre Stellung zu befestigen.

Wie kann das erreicht werden?

Wer an Kriegsermüdung leidet, wer abgespannt, herunter, überarbeitet ist, sich über dauernde Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, Schlaflosigkeit und Nervosität beklagt, wird oft vor dem völligen Zusammenbruch gerettet, wenn er im rechten Augenblick durch eine leichte, „richtige Krankheit" gezwungen wird, auszuspannen.

Ebenso wird ein leichter Unfall, der etwa einen Industriearbeiter eine Zeitlang zum Ausruhen zwingt, oft verhindern, daß der Betroffene etwas später aus Übermüdung usw. einem schwereren Unfall zum Opfer fällt.

Wenn du also die Symptome einer schwereren Erkrankung, wie sie unter den heutigen Verhältnissen so wie so unvermeidlich ist, vorwegnimmst, dann kannst du wenigstens damit rechnen, daß rechtzeitig etwas für dich getan wird.

Solche Symptome können vom Patienten selber ohne jeden Schaden hervorgerufen werden, wenn er nur die nötigen, medizinischen Kenntnisse besitzt, wie sie ihm in dieser Schrift vermittelt werden. Es ist völlig unnötig, daß solche „Übertreiber aus Notwehr" vom Arzt als „Drückeberger" abgewiesen werden. Das passiert nur Patienten, die sich falsch benehmen. Sie kommen mit derart lächerlichen Beschwerden angelaufen, und benehmen sich von vornherein so dämlich, daß der Arzt sofort herausfinden muß, daß sie simulieren. Schließlich hat ja auch der am schlechtesten ausgebildete Kriegsarzt eine Ahnung von Medizin und hat schon seine Mittel und Wege, um einen Simulanten herauszufinden, wenn der Simulant seine Sache nicht versteht.

Das Ganze ist eine Art von Spiel mit festen Regeln. Wenn der Simulant die richtigen Symptome vorweist und sich sonst richtig verhält, dann

kann der Arzt nicht umhin, ihn krank zu schreiben. Der Arzt hat aber in diesem Spiel einen unbilligen Vorteil: Er hat die Regeln studiert, während der Simulant gewöhnlich nur sehr geringe medizinische Kenntnisse besitzt.

Diesem Übelstand soll nun die vorliegende Schrift abhelfen, in der man zum ersten Mal wissenschaftlich zuverlässige Auskunft über die „Spielregeln" bekommt, in einer Form, die jeder verstehen kann. Nach sorgfältigem Studium dieser Schrift wird sich zeigen:

Es ist nicht wahr, daß der Doktor den Simulanten immer reinlegen kann.

Die hier gegebenen Anweisungen stammen sämtlich von Fachärzten mit großer Erfahrung. Sie sind das Ergebnis von sorgfältigen, praktischen Experimenten. Bei diesen Experimenten hat sich durchweg gezeigt, daß es auch für einen erfahrenen Arzt unmöglich ist, herauszufinden . . . was er eben nicht herausfinden soll.

Jede bekannte Untersuchungsmethode ist dabei ausprobiert worden, und in den wenigen Fällen, wo es eine Art der Untersuchung gibt, mit der der Arzt den Patienten hereinlegen kann, warnen wir jedesmal ausdrücklich gegen diese Methode und zeigen dem Patienten, wie er sie vermeiden kann.

Laß dich nicht beeindrucken von dem Hokus-Pokus und den „Zauberapparaten" der modernen Medizin. Das sieht alles gefährlicher aus, als es ist. Es gibt keine „Wunderstrahlen", mit denen man jede Krankheit erkennen kann. Auch mit der kompliziertesten und eindrucksvollsten Blutuntersuchung kann man nur ganz bestimmte Krankheiten (wie z.B. Syphilis) feststellen; in keinem der hier angeführten Fälle kann man dich mit einer Blutuntersuchung hereinlegen, wenn du die Regeln befolgt hast, und wenn du dir nicht eine Krankheit ausgesucht hast, die hier nicht aufgeführt ist.

Die Ärzte streuen auch absichtlich Gerüchte aus, die den Patienten glauben machen sollen, daß es keinen Zweck hat, eine Krankheit zu simulieren. Du hast vielleicht selber gehört, daß man angeblich einen Kranken unter dem Einfluß von Betäubungsmitteln mit schwachen, elektrischen Strömen untersuchen kann, um festzustellen, ob seine Muskeln wirklich gelähmt sind. Gewiß — machen kann man das. Falls man die nötigen Apparate und viel Zeit übrig hat. In den hier angeführten Fällen kommt bloß nichts dabei heraus. (Wir weisen ausdrücklich darauf hin, im I. Kapitel, Absatz 1 und 2.)

Falle also nicht auf solche Gerüchte herein. Glaube auch nicht, wenn man dir eine andere, beliebte Geschichte vorsetzt, wenn man dir erzählen will, es gäbe eine „Wahrheitspille", die man dem Patienten nur einzugeben braucht, damit er sich verrät. So etwas gibt es

nicht. Auch unter dem Einfluß von Äther oder Chloroform, geschweige von Skopolamin oder ähnlichen Mitteln, redet ein Patient nicht „die Wahrheit", sondern unzusammenhängendes Zeug, das kein Doktor ernst nimmt, und für das der Patient nicht verantwortlich gemacht werden kann.
Glaube also nicht solchen ärztlichen Propagandagerüchten, bleibe eisern bei deiner Geschichte, und befolge die Regeln genau. Dann bist du unter allen Umständen sicher.
Betriebs- und Wehrmachtsärzte haben natürlich ein berufliches Interesse daran, zu behaupten, daß sie alle, oder doch wenigstens die meisten Simulanten hereinlegen können. Das ist nur insofern wahr, als die wenigsten Simulanten bisher den Vorteil gehabt haben, den du in diesem Heft vermittelt bekommst: fachärztliche Beratung.
Und überdies machen die Ärzte immer ein großes Geschrei über jeden Fall, den sie hereingelegt haben, damit solche Fälle „nach mehr aussehen". In Wirklichkeit fällt auch von den unberatenen Simulanten nur ein kleiner Teil herein – die anderen wandern als „normale Krankheitsfälle" in die Krankenhäuser und Lazarette oder werden von ihrer Wehr- oder Arbeitspflicht völlig befreit und ziehen sich ins Privatleben zurück. Von diesen Fällen hört man nie etwas.
Der ärztlich beratene und wohlausgebildete Simulant fällt nie herein, wenn er nur die beiden grundlegenden Fehler vermeidet:

Der erste Fehler, der gewöhnlich gemacht wird, ist, daß der Mann, der sich krank meldet, plumpe und wissenschaftlich unmögliche Angaben über seine Symptome macht. Das kann durch genaues Studieren dieses Heftchens leicht vermieden werden.

Der zweite Fehler ist die falsche Haltung des Mannes dem Doktor gegenüber. Der schlechte Simulant hat weiter keinen Gedanken im Kopf als: „Ich muß dem Doktor zeigen, wie furchtbar krank ich bin. Ich muß ihm alle meine Symptome unter die Nase reiben, je mehr je besser, damit der Arzt auch ja wirklich sieht, daß ich nicht arbeiten kann."
Wenn einer schon so ankommt, dann wird der Doktor sofort mißtrauisch, und die Schlacht ist verloren, ehe sie angefangen hat.

Die richtige Haltung ist die, die dem Arzt den Eindruck gibt: „Hier ist ein williger Arbeiter oder ein dienstfreudiger Soldat, der das Unglück hat, sehr gegen seinen Willen krank zu sein."
Mit so einem Mann wird sich der Doktor gerne Mühe geben und ohne Mißtrauen von sich aus alles tun, um herauszufinden, wo es fehlt. Dabei wird der Arzt immer genau so vorgehen, wie er das gelernt hat,

und wer die Regeln kennt, an die der Arzt durch seine Ausbildung und seine Kenntnisse gebunden ist, der kann daraus gewisse Vorteile ziehen. Er darf nie vergessen, daß kein Arzt es leiden kann, wenn ihm der Patient zu viel erzählt, ohne gefragt zu sein. Vor allem ein Betriebs- oder Militärarzt, der nicht viel Zeit für den einzelnen Patienten übrig hat, wird dann leicht ungeduldig und kommt in die falsche Stimmung. Ein einziges Symptom, das der Arzt durch Fragen und Untersuchung selbst herausfindet, ist mehr wert, als zehn Symptome, mit denen der Patient dem Doktor gleich ins Gesicht springt. Wenn ein Mann sich in „guter Haltung" krank meldet und auf den Arzt einen sympathischen Eindruck macht, hat er schon halb gewonnnen.
Der Arzt wird dann zwar geneigt sein, zu sagen, „Na, es wird ja wohl nichts Ernsthaftes sein", aber das darf den Patienten auf gar keinen Fall zu einem schweren Fehler verführen. Ein wirklich kranker Mann wird sich nämlich freuen, wenn er das hört. Er wird es vielleicht nicht glauben und wissen, daß Doktoren von Berufs wegen ihre Patienten mit solchen Redensarten aufmuntern müssen, aber er wird doch hoffen, daß der Doktor recht hat, und wird das zeigen. Ein Simulant, der dann ein langes Gesicht macht, oder etwa gar sagt: „Ich glaube aber doch, daß es sehr schlimm ist", legt sich damit sofort selbst herein.

Die Grundregeln sind also:
Du mußt einen sympathischen Eindruck machen.

Doktoren sind auch nur Menschen und glauben einem Kerl, den sie leiden mögen, lieber als einem, der ihnen unsympathisch ist. Truppenärzte sind am leichtesten zu beeindrucken. Alles, was man braucht, ist „militärische Haltung". Und Betriebsärzte sind heute auch schon so „militarisiert", daß für sie gewöhnlich das Gleiche gilt.

Du darfst dem Arzt nicht zu viel erzählen.
Vor allem darfst du ihm nie den Namen der Krankheit nennen, an der du angeblich leidest. Gebrauche grundsätzlich niemals medizinische Fachausdrücke, ob richtig oder falsch. Der Arzt freut sich, wenn er seine Kenntnisse anbringen und dir sagen kann, was dir fehlt. Er hat ein begründetes Vorurteil gegen Laien, die alles „ebensogut wissen, wie ein Doktor". Ein Simulant fällt niemals herein, weil er zu wenig sagt, aber oft, weil er zu viel sagt.
Deshalb findest du in den meisten Fällen in diesem Heft keine Namen für die Krankheiten, die darin beschrieben sind. Es ist sicherer, wenn du sie selber erst gar nicht weißt. Wenn der Arzt will, wird er dir schon sagen, wie deine Krankheit heißt. In den Fällen, in denen hier ausnahmsweise ein Name für die betreffende Krankheit angegeben ist,

mußt du genau darauf achten, was darüber gesagt ist, wann und wie du den Namen gebrauchen darfst.

Du mußt deutlich zeigen, daß du nicht krank sein willst.

Ein normaler Kranker will seine Krankheit loswerden und freut sich, wenn ihm der Arzt sagen kann, daß seine Krankheit nicht gefährlich ist. Wenn der Arzt also sagt, daß du arbeiten kannst, widersprich nicht, sondern geh, und mache einen Versuch, und laß die Anderen sehen, daß es „leider nicht geht". Am besten ist, wenn du sagen kannst, daß eine dritte Person, z.B. deine Frau oder dein Mann dir das Versprechen abgenommen hat, dich krank zu melden, trotzdem du selber glaubst, daß „es doch nicht so schlimm sein kann".

Ärzte, besonders die kurz angebundene, „soldatische" Sorte, die alles besser weiß, haben eine Neigung, den Patienten zu widersprechen, die du ausnützen kannst. Sollte der Arzt „dich beruhigen", indem er sagt, daß du „recht hast", und die Beschwerde nicht von einer ernsthaften Krankheit hervorgerufen ist, danke ihm dafür, daß er dir die „Sorge abgenommen hat" — und dann zeige, daß „unglücklicherweise" deine Krankheit eben doch schlimmer ist, als der Arzt gedacht hat. („Zeige" — nicht „sage" !)

Alle diese Regeln haben den einen Zweck :

Du mußt es dem Arzt leicht machen, an deine Krankheit zu glauben.

Der erste Eindruck ist der wichtigste. Wenn du zum Arzt kommst, um dich krank zu melden, bist du „ein Gefolgschaftsmitglied" für den Arzt oder „ein Soldat", d.h., ein Mann, der eigentlich im Kriegseinsatz stehen sollte, und der stattdessen die Zeit und die Arbeit des Arztes in Anspruch nimmt. Betriebsärzte haben es gar nicht gern, wenn sie viele Kranke in der Gefolgschaft haben. Erstens macht ihnen das nur mehr Arbeit. Zweitens sind sie, wie jeder andere Volksgenosse heutzutage, in den militärischen Betrieb der „totalen Mobilisierung" eingespannt. Sie spielen zwar dem Arbeitnehmer gegenüber den „Vorgesetzten", kriegen aber von „oben" einen Anpfiff verpaßt, wenn zu viele Leute in ihrem Betrieb bei der Arbeit ausfallen.

Diesen ersten, selbstverständlichen Widerstand des Doktors gegen den Mann, der sich krank meldet, mußt du überwinden. Wenn der Arzt erst einmal glaubt, daß irgend etwas wirklich nicht in Ordnung ist mit dir, dann wirst du aus einem „Gefolgschaftsmitglied" zu einem „Patienten" — und du kannst kaum überschätzen, was das für einen Unterschied macht.

Wenn „ein Gefolgschaftsmitglied" schlecht geschlafen hat — dann ist

das eben sein Pech. Wenn „ein Patient" schlecht geschlafen hat — dann ist das ein Symptom, und es muß etwas dagegen getan werden. Also noch einmal: Der erste Eindruck ist der wichtigste, von ihm hängt die Verwandlung des „Gefolgschaftsmitgliedes" oder des „Soldaten" in einen „Patienten" ab.

Auswahl der Krankheit.

Die Auswahl einer glaubhaften Krankheit hängt von allen möglichen Umständen ab, ob z.B. ähnliche Fälle gerade öfter vorgekommen sind, ob die Art deiner Arbeit gerade diese oder jene Beschwerde besonders wahrscheinlich macht, usw., aber die Hauptsache ist:

Entschließe dich zu einer Krankheit und bleibe dabei.

Viele, verschiedene Beschwerden machen den Doktor mißtrauisch, und er mag solche Fälle nicht leiden, sogar wenn sie echt sind. Eine bestimmte Gruppe von Symptomen nennt der Arzt ein „Krankheitsbild." Nach diesem Bild erkennt er, was dem Patienten fehlt. Wenn er ein Krankheitsbild vorgeführt bekommt, das ihm bekannt und geläufig ist, wird er sich nicht lange aufhalten und die betreffende Krankheit bei seinem Patienten feststellen. Kommen aber plötzlich noch andere Symptome dazu, die nicht in das geläufige Krankheitsbild passen, dann wird der Arzt stutzig und ist gezwungen, sich den Fall näher anzusehen. Und das ist genau das, was wir vermeiden wollen.

Wenn du dir eine der hier beschriebenen Krankheiten ausgesucht hast und zum Arzt gehst, gib die hauptsächliche Beschwerde kurz und klar an, und überlaß dem Doktor den Rest. Er wird schon die nötigen Fragen stellen.

Achtung! Wenn der Arzt dich nach einem Symptom fragt, das nicht auf deiner Liste steht, laß dich nicht irreführen, sondern sage: „Das ist mir nie aufgefallen". Wenn der Doktor die Frage ehrlich gemeint hat, dann schadet es nichts, wenn du dieses besondere Symptom nicht hast, das kann eben einmal vorkommen. Es kann aber sein, daß der Doktor dich hereinlegen will, weil er mißtrauisch ist und weiß, daß Simulanten oft den Fehler machen, mehr Symptome anzugeben, als sie wirklich haben, und oft begeistert darauf hereinfallen, wenn ihnen ein weiteres Symptom „vorgeschlagen" wird.

Mache also nur die Angaben, die du in diesem Heft findest, versuche nicht, weitere Einzelheiten dazuzuerfinden, und laß dir nichts vom Arzt einreden. In allen anderen Fällen antworte auf die Fragen des Arztes die reine Wahrheit.

Die im Folgenden angeführten Krankheitssymptome sind wissenschaftlich einwandfrei und erprobt. Sie müssen jeden Arzt überzeugen.

Du findest bei jeder Krankheit die einfachsten Elemente der Krankheitsgeschichte, soweit du sie wissen mußt, bezw. wissen darfst, wenn du nicht Verdacht erregen willst.

Solange du dich genau an die gegebenen Anweisungen hältst, kann dir nichts passieren. Laß dich nicht hereinlegen, laß dich nicht in deinen Angaben erschüttern. Was auch immer der Arzt sagt: Wenn du dich wirklich genau an die hier gegebenen Ratschläge gehalten hast, kann er dir nichts beweisen. Darauf kannst du dich verlassen.

Wenn du genau die hier gegebenen Ratschläge befolgst, bist du vollkommen sicher. Das ganze System der Anweisungen in diesem Heft ist dazu entworfen worden, um dem Doktor die gesamte Verantwortung zuzuschieben.

Du simulierst nicht eine Krankheit, sondern der Arzt stellt sie von sich aus fest. Alles, was du ihm gesagt hast, ist unwiderleglich. Du hast nicht etwa behauptet, daß du an dieser oder jener Krankheit leidest, sondern dem Arzt nur ein oder zwei Symptome vorgeführt. Die Symptome, die du hier beschrieben findest, sind so ausgesucht, daß kein Arzt jemals herausfinden kann, daß du nicht wirklich an diesen Beschwerden leidest, bezw. daß du sie künstlich hervorgerufen hast. (Ausgenommen natürlich der Fall, daß ein Mann so unglaublich dumm und unvorsichtig sein sollte, sich ausgerechnet dabei erwischen zu lassen, wenn er gerade das betreffende Mittel einnimmt usw. !). Daß der Arzt auf deine Symptome hin zu dem Schluß kommt, daß du krank bist und eine Zeitlang nicht arbeiten kannst oder für den Arbeitseinsatz überhaupt nicht in Frage kommst, ist nicht deine Sache. Sollte sich dann später durch einen unglücklichen Zufall herausstellen, daß du nicht wirklich an der betreffenden Krankheit leidest, die der Arzt festgestellt hat, dann hat der Arzt sich eben geirrt, und dafür kannst du nicht bestraft werden.

I. KAPITEL.

Hilfe für Alle.

In diesem Kapitel findest du Krankheiten beschrieben, die für alle Arbeiter und Arbeiterinnen, gleichgültig in welcher Art von Betrieb sie arbeiten, geeignet sind. Wer immer genug hat von der totalen Antreiberei und sich für eine Zeit oder für dauernd ins Privatleben zurückziehen möchte, wer sich die Reste seiner Gesundheit für bessere Zeiten nach dem Kriege aufheben will, der findet hier, was er braucht.

ist, können die betreffenden Muskeln, die „angeschlossen" sind, eben keine Bewegungen machen. In Wirklichkeit können solche „Unterbrechungen der Leitung" aus allen möglichen Gründen hervorgerufen werden. Das braucht dich nicht zu kümmern. Laß ruhig den Doktor sich darüber den Kopf zerbrechen, was in deinem Fall der Grund sein könnte. Du weißt es selber natürlich auch nicht und kannst ihm „leider" nicht helfen. An der Tatsache, daß das betreffende Glied gelähmt ist, kann keiner zweifeln, aus dem einfachen Grund, weil es wirklich gelähmt sein wird. Natürlich ist es zweckmäßig, die Lähmung an einem Glied zu bekommen, das zu deiner Arbeit unbedingt nötig ist. Falls du z.B. immer im Stehen arbeitest, die Arbeit an sich aber auch im Sitzen getan werden könnte, ist es unzweckmäßig, eine Beinlähmung zu bekommen. Wie die Dinge heute schon liegen, würdest du daraufhin wahrscheinlich einfach gezwungen werden, im Sitzen zu arbeiten. Ob dir das schadet, würde keinen der totalen Antreiber kümmern.

Wo die Nerven liegen, auf die der Druck ausgeübt werden muß, siehst du aus den Abbildungen 3, 4 und 5. An diesen Stellen wirst du mit einigem Suchen den Nerv fühlen können. Er fühlt sich an wie ein dünner Strick und ist natürlich auf Druck empfindlich. Das bekannteste Beispiel ist der Nerv, der über den sogenannten „Musikantenknochen" läuft. (Abbildung 3.) Der Nerv liegt hier dicht unter der Haut an der inneren Seite der Ellbogenspitze.

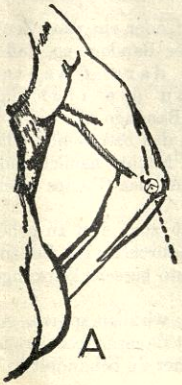


Abbildung 3.
A) Der Nerv am „Musikantenknochen", angezeigt durch den Kreis am Ende der gestrichelten Linie. (Rechter Arm.)
B) Derselbe Nerv, am linken Arm mit angedeuteter Bandage.

Bekanntlich ruft schon ein leichter Stoß an dieser Stelle das bekannte Schmerzgefühl hervor, das „den ganzen Arm herunterläuft" bis in den kleinen Finger. Auch das bekannte „Einschlafen" eines Armes oder Beines ist auf die Ursache zurückzuführen, daß die Kleidung, die Stuhlkante oder dergl. auf den betreffenden Nerv gedrückt hat. Wenn ein solcher Druck lange genug dauernd ausgeübt wird, stellt sich schließlich eine länger andauernde Lähmung des Gliedes ein.

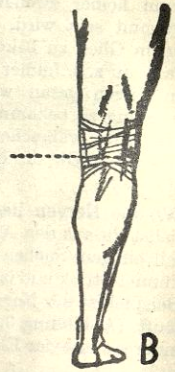


Abbildung 4.
A) Nerv in der Kniekehle. In der Abbildung hinter der deutlich sichtbaren Sehne, am Ende der gestrichelten Linie. (Rechtes Bein.)
B) Derselbe Nerv, am Ende der gestrichelten Linie (Rechtes Bein, von hinten, mit angedeuteter Bandage.)

Du nimmst also ein dickes Stück Radiergummi, oder ein paar Zentimeter Gummischlauch und befestigst es mit einer Bandage so, daß es einen Druck auf den Nerv ausübt. Du mußt darauf achten, daß du auch wirklich ganz genau die richtige Stelle gefunden hast. Du legst die Bandage an, wenn du schlafen gehst. Am nächsten Morgen wird dann das betreffende Glied „eingeschlafen" sein. Nachdem du das mehrere Nächte nacheinander wiederholt hast, wird sich das „Wiederaufwachen" des Gliedes immer länger hinauszögern.

Du wirst schon selbst bemerken, wann es Zeit ist, zum Arzt zu gehen. Geh lieber später, als früher. Je längere Zeit hindurch du die Behandlung ausgeführt hast, ehe du zum Arzt gehst, desto bessere Wirkungen wirst du erzielen.

Beim Arzt beklagst du dich nur über das, was du wirklich spürst. Auf Fragen antwortest du, daß es dir seit einiger Zeit dauernd passiert ist, daß am Morgen dein Fuß (oder welches Glied immer du behandelt hast)

„eingeschlafen" war. Das ist natürlich immer wieder vorbeigegangen, hat aber offenbar immer etwas länger gedauert. Jetzt scheint es überhaupt nicht mehr weggehen zu wollen, und du kannst den Fuß (oder die Hand usw.) nicht recht gebrauchen. Beschreibe nur, was du wirklich fühlst, und laß den Doktor so viele Untersuchungen anstellen, wie er will. Mach es ihm leicht, und tu alles, was er dir sagt. Solange nicht herauskommt, daß du das Glied bandagiert hast, kannst du nicht hereinfallen. Falls die Gefühllosigkeit usw., die eintreten wird, zu schnell verschwindet, brauchst du nur weiter die Bandage anzulegen, wie vorher. Die Krankheit läßt sich beliebig verlängern, wenn nötig bis zum Kriegsende.

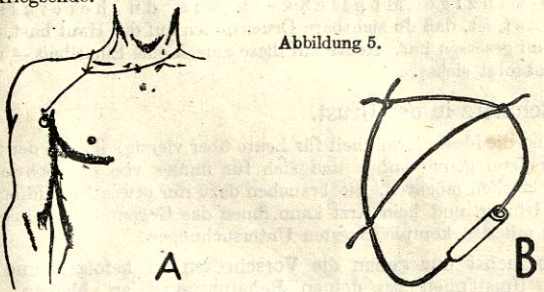


Abbildung 5.

A) Vorrichtung, die einen Druck auf den Nerv in der Achselhöhle ausübt. In der Abbildung unter dem rechten Arm getragen.
B) Zeigt die Vorrichtung selbst, bestehend aus einem etwa 8 cm langen Stück Gummischlauch von der Stärke eines gewöhnlichen Gartenschlauchs und zwei Schnüren.

Aus den Abbildungen 3, 4 und 5 ersiehst du, wo und wie man die Bandage anlegt.* Beim Ellbogen und beim Knie läßt sich z.B. der Radiergummi gut mit einer abgeschnittenen Strumpflänge festhalten. Darüber kann man noch ein Taschentuch binden, um einen stärkeren Druck auf den Gummi auszuüben. Du solltest immer nur einen Nerv behandeln!
Du brauchst nicht zu befürchten, daß du dir einen dauernden Schaden zufügen wirst. Fortgesetzte Behandlung in der hier beschriebenen

Achtung! *Die Bandage darf nicht zu stramm sitzen, sie soll nicht das Blut unterbinden, sondern nur den Gegenstand in der richtigen Lage halten und ihn einen Druck auf den Nerv ausüben lassen. Eine zu stramme Bandage und ein zu harter Gegenstand hinterlassen auch leicht Druckstellen, die der Doktor lieber nicht vorfinden sollte.

Weise ruft zwar nach und nach eine ernsthafte Beschwerde hervor, die dich für längere Zeit „außer Gefecht setzen" wird. Schließlich wird die Lähmung aber doch wieder verschwinden. Wenn du willst, kannst du dann wieder von vorne anfangen. Die Behandlung kann ruhig so lange fortgesetzt werden, bis du aus dem Betrieb als dauernd unfähig entlassen wirst, wenn der Krieg nicht vorher aus sein sollte. Dies ist eine der praktischsten Krankheiten, die du haben kannst, denn die Lähmung ist wirklich — und daran kann keine Untersuchungsmethode der Welt was ändern. Laß also alles ruhig über dich ergehen, und benimm dich völlig normal. Die einzige Möglichkeit, wie du hereinfallen kannst, ist, daß du sichtbare Druckstellen auf der Haut hast, wo der Gummi gesessen hat. Achte auf diese eine, kleine Einzelheit — und du bist absolut sicher.

3. Schmerz in der Brust.

Dies ist die ideale Krankheit für Leute über vierzig, die von der totalen Antreiberei genug haben und sich für immer von der Schwerarbeit zurückziehen möchten. Sie brauchen dazu nur etwas Einbildungskraft und Übung, und kein Arzt kann ihnen das Gegenteil beweisen, auch nicht mit den kompliziertesten Untersuchungen.

Du brauchst nur genau die Vorschriften zu befolgen und unter allen Umständen bei deinen Behauptungen zu bleiben. Dann kann dir nichts passieren, und du kannst dich darauf verlassen, daß du nie wieder schwere Arbeit zu verrichten brauchst.

Übe dir sorgsam das folgende, einfache Symptom ein : Jedesmal, wenn du dich über einen gewissen Grad hinaus anstrengst, bekommst du einen plötzlichen, sehr schmerzhaften Stich an einer bestimmten Stelle am Brustbein. (Siehe Abbildung 6.) Der Schmerz ist so heftig, daß er dich sozusagen lähmt. Du kannst einfach nicht weitermachen. Der Stich kommt nur einmal, aber das ist auch schon genug. Du mußt einfach warten bis der Schmerz „abklingt", gleichgültig, ob du angeschrieen wirst, oder ob gerade Bomben fallen — für ein paar Augenblicke bist du „außer Gefecht". Danach fühlst du dich wieder völlig normal und kannst weitermachen — bis die Grenze wieder erreicht wird, wo die Anstrengung zu viel für dich wird, und der Schmerz dich zum Ruhen zwingt. Tatsächlich kommt der Schmerz vom Herzen, aber du verspürst ihn nicht in der Herzgegend, und du darfst nicht wissen, daß er irgend etwas mit dem Herzen zu tun hat. Studiere genau die Abbildung 6. Von dieser Stelle, die nur etwa so groß wie ein 5 RM-Stück ist, geht der

Schmerz aus und strahlt gelegentlich von da an der Innenseite des linken Arms hinunter, den Nerv entlang, den du aus Abbildung 5 kennst. Er geht bis in den linken kleinen Finger und den Ringfinger hinein. Mit dem „Stich" kommt ein deutliches Gefühl der Todesangst. (Das hat nichts mit gewöhnlicher Angst oder Feigheit zu tun und kann nicht durch Mut überwunden werden. Es passiert auch dem stärksten Mann und hat eine rein körperliche Ursache.) Es ist sehr wichtig, daß du dieses Gefühl richtig beschreiben kannst. Auf Fragen solltest du antworten, daß du „nicht eigentlich Angst gehabt hast", aber daß du ganz unabweisbar deutlich das Gefühl hattest, daß du sterben mußt, wenn du dich weiter anstrengst.

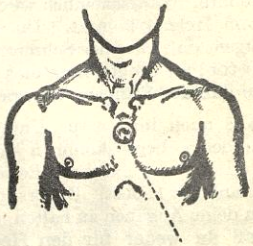


Abbildung 6.

Der Kreis am Ende der gestrichelten Linie zeigt die Stelle an, von der der stechende Schmerz ausgeht.

Ein Mann, der an dieser Krankheit leidet, kann noch so mutig und stark sein, wenn dieses Gefühl und der Schmerz auftreten, dann wird ihn für ein paar Augenblicke kein Entschluß, keine Drohung und keine Gewaltanwendung in Gang bringen. Tatsächlich würde er auf der Stelle sterben, wenn er sich zur Fortsetzung der Anstrengung zwingen ließe. (An sich wäre das den Antreibern völlig gleichgültig. Für die zählt ein Menschenleben nicht. Aber ein Arbeiter, der an der Maschine einfach tot umfällt, kann dadurch großen Schaden anrichten. Deshalb wird es sich auch ein Betriebsarzt von heute zweimal überlegen, ehe er einen solchen Kranken an der Maschine läßt.)

Das ist das einzige Symptom, im übrigen fühlt sich der Kranke völlig normal. Da der Schmerz nicht von der Stelle ausgeht, wo das Herz sitzt, glaubt der Kranke nicht, daß sein Herz erkrankt ist. Sein Puls geht auch nicht schneller oder langsamer als bei anderen gesunden Leuten. Natürlich geht bei jedem Menschen der Puls schneller, wenn er sich anstrengt, etwa beim Bergaufgehen, Laufen usw.

Der Kranke mit dieser Beschwerde findet bald genug heraus, wo die Grenze ist, über die hinaus er sich nicht anstrengen kann. Er kann

z.B. ruhig eine Weile bergauf gehen, — bis dann plötzlich der Augenblick kommt, wo der Schmerz ihn stoppt.

Die Krankheit tritt nur bei Leuten über vierzig auf, und entwickelt sich nach und nach. Du sagst also, daß du zwar nicht genau weißt, wann du diesen Schmerz zum ersten Mal verspürt hast, daß du jetzt aber genau weißt, daß der „Stich" mit unvermeidlicher Sicherheit kommen wird, wenn du dich über einen bestimmten Punkt hinaus anstrengst. Im übrigen fühlst du dich nicht krank. Du tust auch gerne jede Arbeit, wenn du nur diese bestimmte Grenze der Anstrengung einhalten kannst. Du hast keine Ahnung, woher der Schmerz kommen könnte. Wahrscheinlich wird der Arzt dir sagen, daß deine Beschwerde vom Herzen kommt. Du kannst ihm daraufhin ruhig noch einmal sagen, daß aber der Schmerz „tatsächlich nicht im Herzen sitzt", und so tun, als ob der Arzt dich offenbar nicht richtig verstanden hat, als du ihm den Schmerz beschrieben hast.

Was auch immer für Untersuchungen daraufhin mit dir angestellt werden — herauskommen kann dabei nur, daß der Arzt nichts findet. Und das ist gerade der Beweis, daß du wirklich an der beschriebenen Krankheit leidest. Du brauchst dich also nur unter allen Umständen an deine Angaben zu halten, und **der Arzt wird feststellen müssen, daß du weder für den Heeresdienst noch für irgendeine schwere Arbeit tauglich bist.**

Hereinfallen kannst du nur, wenn du vergißt, daß du dich nicht anstrengen kannst.

Ein Arbeitskamerad in Braunschweig hatte diese Krankheit mit großem Erfolg „bekommen". Er war aus seinem Betrieb als völlig arbeitsunfähig entlassen worden und hatte ein schönes Leben. (Soweit das Leben heute schön sein kann!) Dann kam auf einmal ein Luftangriff, im September, und der Kamerad kriegte einen solchen Schrecken, daß er etwa 200 Meter die Straße hinunter rannte, um schnell zum nächsten Bunker zu kommen. Natürlich fand sich ein Schweinehund, der ihn beobachtete und anzeigte.

Probiere den „Schmerz in der Brust" also nur, wenn du sicher bist, daß du genug Willenskraft hast, die Sache durchzuführen.

4. Schwere Verdauungsstörung.

Wenn du die folgenden Anweisungen befolgst, dann kann es dir passieren, daß du operiert wirst. Aber schließlich ist eine Operation, mit Narkose und allen Vorsichtsmaßregeln immer noch

wesentlich angenehmer, als Fliegerbomben, tödliche Unfälle, dauernde Entstellung oder unheilbare Gesundheitsschäden, oder was sonst noch „im Betrieb vorkommen" kann. **Die wahrscheinlichste Folge ist, daß du einfach ins Krankenhaus kommst, eine leichte Diät bekommst und nach einer Weile auf Erholungsurlaub geschickt wirst.**

Die wichtigste Vorbereitung ist, daß du dir getrocknetes Blut verschaffst. Am einfachsten ist, das handelsübliche Trockenblut (zur Herstellung von Würzen) zu kaufen, aber du kannst ebensogut irgendwelches Blut selbst trocknen und in Pulverform aufheben. Am besten machst du dir kleine Päckchen zurecht, aus Papier, je einen Fingerhut voll, oder tust das Pulver in Gelatinekapseln. Die Hauptsache ist, daß du das Blut in einer solchen Form aufhebst, daß du es leicht verstecken und mit ins Krankenhaus nehmen kannst. (Du brauchst das Blut erst, wenn du in ein richtiges Krankenhaus kommst, wo sie Untersuchungen deines Stuhlgangs machen können, und erst wenn du eine fleischlose Kost bekommst.)

Du nimmst zunächst gar nichts ein, sondern studierst nur genau die folgenden Anweisungen: Du gehst zum Arzt und beschwerst dich, daß du schon seit langem immer Schmerzen in der Magengrube hast, und zeigst ihm die Stelle: eine gute Handbreit über dem Nabel, unterhalb der Stelle, wo die Rippen zusammenkommen. (Siehe Abbildung 7.)

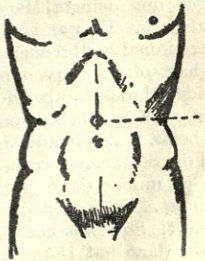


Abbildung 7.

Der Kreis am Ende der gestrichelten Linie zeigt an, wo sich die schmerzende Stelle befindet. Die starke Schmerzempfindlichkeit erstreckt sich nur auf eine Stelle von der Größe eines Markstücks.

Es ist sehr wichtig, daß du genau die richtige Stelle selber weißt. Dem Arzt gibst du aber keine lange Beschreibung, sondern zeigst ihm einfach „wo es weh tut". Du sagst, die Schmerzen kommen immer zwischen den Mahlzeiten und sind manchmal, besonders in der Nacht, ziemlich schlimm. Gelegentlich geht der Schmerz richtig durch bis in den Rücken. Die Schmerzen kommen nicht plötzlich, sie fangen langsam an, zwei, drei, manchmal

vier Stunden nach dem Essen, und dauern an, bis du etwas gegessen hast. Manchmal verschwinden die Schmerzen schon zehn Minuten nach dem Essen, manchmal, oder gewöhnlich, erst 20 Minuten oder eine halbe Stunde danach.

Der Grund, warum du jetzt plötzlich zum Arzt kommst, ist, daß du dich heute morgen ganz elend und so komisch schwach gefühlt hast. Aber du hattest dabei keine Schmerzen im Magen oder sonstwo. Im Gegenteil, seit heute morgen sind die Schmerzen nicht so schlimm. Du fühlst dich bloß immer noch schwach und müde.

Was dir ein bißchen Angst gemacht hat und dich veranlaßte, zum Arzt zu gehen, ist, daß du heute Morgen gemerkt hast, daß dein Stuhlgang ganz schwarz war, wie Teer. Das ist dir vorher nie passiert, so viel du weißt. Du hast dir das zusammengereimt mit den Schmerzen und dem komischen Schwächegefühl heute, und fürchtest, es könnte doch etwas Ernsthaftes sein. Es kann aber doch wohl nicht Magenkrebs sein? Davor hast du natürlich wirklich Angst — und das kann dir kein Mensch übel nehmen.

Der Arzt wird dich vermutlich über diesen Punkt zu beruhigen versuchen, du kannst aber ruhig durchblicken lassen, daß dir der Gedanke, es könnte schließlich doch Magenkrebs sein, weiter zu schaffen macht.

Wenn der Arzt Fragen stellt, gib die folgenden Antworten:*

Jawohl, schon ehe die Schmerzen anfingen, hast du öfter so unbestimmten Ärger mit deinem Magen gehabt, aber das geht doch wohl vielen Leuten so. Es war nicht weiter aufregend. Du hast wohl natürlich öfter einmal Sodbrennen gehabt, und so einen Druck auf dem Magen, du hast öfters rülpsen müssen, und gelegentlich hast du dich nicht gerade erbrochen, aber doch so ein saures Zeug in den Mund gekriegt. Nein, richtige Übelkeit oder richtiges Erbrechen hast du nie gehabt — das heißt, in den letzten Jahren veilleicht ein- oder zweimal. Manchmal und die Schmerzen wochenlang viel besser gewesen. Du hast bemerkt, daß es immer dann besser war, wenn du ordentlich Winde lassen konntest. Dann hast du allerdings das saure Zeug öfter in den Mund gekriegt. So etwas hat doch wohl jeder einmal. Wenn es zu schlimm wurde, dann hat Doppelkohlensaures Natron immer geholfen, das ist

---

*Es kann gar nicht genug betont werden, daß immer, wenn hier Anweisungen gegeben werden, was man dem Arzt auf Fragen antworten soll, strengstens vermieden werden muß, die ganze Geschichte zusammenhängend zu erzählen. Der Arzt muß die Geschichte aus dem Patienten herausfragen. Wenn er eine hier als wahrscheinlich angegebene Frage nicht stellen sollte, dann darf der Patient nicht davon sprechen, und damit verraten, daß er diese Frage erwartet hat. Wie immer: Reden ist Silber, Schweigen ist Gold.

vier Stunden nach dem Essen, und dauern an, bis du etwas gegessen hast. Manchmal verschwinden die Schmerzen schon zehn Minuten nach dem Essen, manchmal, oder gewöhnlich, erst 20 Minuten oder eine halbe Stunde danach.

Der Grund, warum du jetzt plötzlich zum Arzt kommst, ist, daß du dich heute morgen ganz elend und so komisch schwach gefühlt hast. Aber du hattest dabei keine Schmerzen im Magen oder sonstwo. Im Gegenteil, seit heute morgen sind die Schmerzen nicht so schlimm. Du fühlst dich bloß immer noch schwach und müde.

Was dir ein bißchen Angst gemacht hat und dich veranlaßte, zum Arzt zu gehen, ist, daß du heute Morgen gemerkt hast, daß dein Stuhlgang ganz schwarz war, wie Teer. Das ist dir vorher nie passiert, so viel du weißt. Du hast dir das zusammengereimt mit den Schmerzen und dem komischen Schwächegefühl heute, und fürchtest, es könnte doch etwas Ernsthaftes sein. Es kann aber doch wohl nicht Magenkrebs sein? Davor hast du natürlich wirklich Angst — und das kann dir kein Mensch übel nehmen.

Der Arzt wird dich vermutlich über diesen Punkt zu beruhigen versuchen, du kannst aber ruhig durchblicken lassen, daß dir der Gedanke, es könnte schließlich doch Magenkrebs sein, weiter zu schaffen macht.

Wenn der Arzt Fragen stellt, gib die folgenden Antworten:* Jawohl, schon ehe die Schmerzen anfingen, hast du öfter so unbestimmten Ärger mit deinem Magen gehabt, aber das geht doch wohl vielen Leuten so. Es war nicht weiter aufregend. Du hast wohl natürlich öfter einmal Sodbrennen gehabt, und so einen Druck auf dem Magen, du hast öfters rülpsen müssen, und gelegentlich hast du dich nicht gerade erbrochen, aber doch so ein saures Zeug in den Mund gekriegt. Nein, richtige Übelkeit oder richtiges Erbrechen hast du nie gehabt — das heißt, in den letzten Jahren veilleicht ein- oder zweimal. Manchmal sind die Schmerzen wochenlang viel besser gewesen. Du hast bemerkt, daß es immer dann besser war, wenn du ordentlich Winde lassen konntest. Dann hast du allerdings das saure Zeug öfter in den Mund gekriegt. So etwas hat doch wohl jeder einmal. Wenn es zu schlimm wurde, dann hat Doppelkohlensaures Natron immer geholfen, das ist

---

* kann gar nicht genug betont werden, daß immer, wenn hier Anweisungen gegeben werden, was man dem Arzt auf Fragen antworten soll, strengstens vermieden werden muß, die ganze Geschichte zusammenhängend zu erzählen. Der Arzt muß die Geschichte aus den Patienten herausfragen. Wenn er eine Frage als wahrscheinlich angegebene Frage nicht stellen sollte, dann darf der Patient nicht davon sprechen, und damit verraten, daß er diese Frage erwartet hat. Wie immer: Reden ist Silber, Schweigen ist Gold.

doch ein harmloses Mittel, und jeder nimmt es doch. Allerdings, gegen die Schmerzen hat es nichts genützt.
Die Schmerzen (immer nur an der einen Stelle !) sind manchmal wirklich lästig gewesen. Du bist sogar öfter in der Nacht aufgewacht deswegen und hast nicht wieder einschlafen können, ehe du aufgestanden bist und etwas gegessen hast.
(Erzähle dem Arzt eine Geschichte darüber: Wie du in der Nacht aufgestanden bist und das ganze Frühstück aufgefressen hast, das deine Frau bereitgestellt hatte; oder wie du allein warst, und es war nichts zu essen im Haus, und da bist du aufgestanden und bist doch tatsächlich mehr als eine halbe Stunde weit nach der Bahnhofswirtschaft gelaufen, weil das die einzige Möglichkeit war, in der Nacht noch etwas zu essen zu kriegen. Denk dir aber deine eigene Geschichte aus. Vergiß nicht, daß Tausende von Arbeitskollegen und Kameraden der Wehrmacht dieses Heft gelesen haben. Wenn alle die gleiche, hier als Muster abgedruckte Geschichte erzählen, wird der Arzt mißtrauisch !) Wenn der Arzt nach deiner medizinischen Vorgeschichte fragt (ob du als Kind die Masern gehabt hast usw.), dann sage die Wahrheit. Erfinde nichts dazu, außer, wenn du auf deine Magenbeschwerden zu sprechen kommst. Deine jetzige Krankheit hat vor mindestens sechs Monaten angefangen, es kann aber auch fünf oder mehr Jahre her sein, seit die Schmerzen angefangen haben. Du suchst dir dafür einen Zeitpunkt heraus, an dem du besonders schwer gearbeitet oder besonders viele Sorgen gehabt hast, oder nach schweren Luftangriffen. Die Sorgen oder die Überarbeitung „sind dir auf den Magen geschlagen", damals hat der Druck auf dem Magen angefangen, das saure Zeug im Mund usw., du hast deinen Appetit verloren, und ein oder zwei Monate später haben die Schmerzen angefangen, die immer stärker geworden sind, abgesehen von den gelegentlichen Besserungen.
Wenn der Arzt dich untersucht, benimm dich völlig natürlich, und gib wahre Antworten, wenn er an dir herumdrückt und fragt, ob das weh tut, mit einer einzigen Ausnahme: Du hast eine empfindliche Stelle, kaum größer als ein Markstück, wo ein leichter Druck, der an einer anderen Stelle nicht weh tun würde, dich zusammenzucken läßt.*
Die Stelle liegt etwas unterhalb der Mitte der Linie zwischen dem unteren Rand des Brustbeins und dem Nabel.** Eine leichte Berührung

*Achtung! Vergiß dabei nie, daß du dem Arzt nichts „vorjammern" darfst. Mach deine Angaben ruhig, gib die Antworten auf die Fragen des Doktors ruhig und sachlich. Denk immer daran, daß du einen guten, arbeitswilligen Eindruck machen mußt.

**Siehe Abbildung 7 auf Seite 27.

tut natürlich nicht weh, wie bei einer Entzündung oder bei einer offenen Wunde. Aber schon ein leichter Druck verursacht an dieser Stelle dieselbe Art von Schmerz, die jeder Mensch empfindet, wenn man ihn etwa sehr stark mit dem Daumen in den Magen drückt.

Bei leichtem Druck auf diese Stelle sagst du, der Schmerz **sitzt da**, wo der Doktor drückt, sozuzagen „direkt unter der **Haut**". Bei stärkerem Druck sagst du, der Schmerz geht jetzt durch bis zum Rücken.

Es ist wirklich ein schlimmer Schmerz, es kann dir keiner verübeln, wenn du das den Arzt sehen läßt. Wahrscheinlich wird dir der Arzt erst einmal eine Medizin verschreiben und sagen, du kannst arbeiten gehen. Bedanke dich, und zeige, daß du froh bist, daß es offenbar doch nichts Schlimmes ist. Wenn du aber das nächste Mal zum Arzt kommst, sage, es hat sich nichts durch die Medizin geändert. Die Schmerzen sind dieselben geblieben. Du darfst aber nicht die Geschichte von dem schwarzen Stuhlgang wiederholen, die du das erste Mal erzählt hast. Es könnte in Wirklichkeit wieder passiert sein, aber du kannst das nur behaupten, wenn du die Möglichkeit hast, dir wenigstens einen halben Liter Blut abzuzapfen, ehe du zum Arzt gehst.* Dazu muß man vorsichtig eine Vene anschneiden, d.h., eine von den Adern, die blau unter der Haut sichtbar sind, z.B. am Unterarm. Aber das muß mit Vorsicht gemacht werden, und da hinterher der kleine Einschnitt verbunden werden muß, könnte es auffallen. Wenn du jetzt ins [illegible]kenhaus geschickt wirst, wird man dir dort eine leichte, fleischlose [illegible]ben. Jetzt brauchst du das getrocknete Blut, das du vorbereitet

ins Krankenhaus kommst, fängst du an, das getrocknete Blut
en, und zwar alle vier Stunden einen Fingerhut voll. Das
du solange, bis dein Stuhlgang zur Untersuchung geschickt
l vorsichtshalber noch ein paar Tage länger.

ı, ganz unwahrscheinlicherweise, nicht ins Krankenhaus
werden solltest, dann wirst du bei der Arbeit immer schlapper
ıpper und gibst als Grund an, daß du nicht genug Schlaf
t, weil die Schmerzen dich in der Nacht aufwecken. Wenn

---

*Achtung! Diese Angelegenheit hat nichts mit dem getrockneten Blut zu tun, von dem schon die Rede war. Der Zweck des Blutabzapfens ist folgender: Wenn dir das mit dem schwarzen Stuhlgang wieder passiert sein soll, dann wird der Arzt dich darauf untersuchen, ob du blaß aussiehst usw., und er würde mißtrauisch werden, wenn du nicht wirklich Blut verloren hast. Es ist aber auch gar nicht nötig, daß der schwarze Stuhlgang wieder vorkommt. Einmal ist genug, und beim ersten Mal wird es dir der Arzt glauben, ohne daß du dir Blut abzapfst.

du die hier angegebenen Vorschriften genau befolgst, kannst du nicht hereinfallen und mußt schließlich für längere Zeit in ein Erholungsheim. Dort beschwerst du dich weiter über die Schmerzen in der Magengrube, sagst aber, daß es dir langsam besser geht.
Sollte man dich operieren, dann brauchst du keine Angst zu haben, daß die Ärzte dabei herausfinden, daß dir in Wirklichkeit nichts weiter fehlt. Alles, was dabei herauskommen kann, ist, daß der Arzt sich eben geirrt hat, und du an einer anderen Krankheit leidest, als er gedacht hat. Du solltest es also ganz dem Arzt überlassen, ob er operieren will oder nicht. Vor der Operation selbst brauchst du keine Angst zu haben. Mit den Mitteln, die heute jedem Krankenhaus und Lazarett zur Verfügung stehen, kann sie ohne jede Gefahr für den Patienten durchgeführt werden. Besonders in deinem Fall ist die Operation eine harmlose Angelegenheit und besteht bloß darin, daß der Arzt einen Einschnitt macht (von dem du in der Narkose nichts spürst), und dann sofort sieht, daß es gar nichts zu „operieren" gibt. Vergiß nicht, daß dir ja gar nicht wirklich das fehlt, was der Arzt gedacht hat!
Du kannst unmöglich hereinfallen, wenn du dich an die Vorschrift hältst. Du kannst dir aber den Erfolg verderben, wenn du einen Fehler machst: Ärzte sind heutzutage so sehr daran gewöhnt, daß unzählige Patienten zu ihnen kommen, mit unbestimmten „Magenbeschwerden", daß sie geneigt sind, jeden, der mit so etwas ähnlichem ankommt, schnell abzutun als einen Fall von „Nervösem Magenleiden". Du mußt dich also sehr genau an die gegebenen Ratschläge halten und die Beschwerden genau in der angegebenen Reihenfolge vorbringen. Sonst kann dir passieren, daß der Arzt nur mit einem halben Ohr hinhört, dir eine Medizin verschreibt und dich wieder an die Arbeit schickt. Wenn du das vermeidest, dann bist du absolut sicher, und der Erfolg ist garantiert.

5. „Abwesenheit".

Diese Krankheit ist besonders wirkungsvoll für Wehrmachtangehörige, die sich von der Front auf immer zurückziehen wollen, oder für Arbeiter, die in einem Betrieb beschäftigt sind, in dem man mit zerbrechlichen Dingen umgeht, oder wo es darauf ankommt, daß man an der Maschine jede Sekunde gespannt aufpaßt. Man braucht etwas Schauspielertalent und Übung. Aber der Aufwand lohnt sich, denn, wer an dieser Krankheit leidet, braucht nicht zu befürchten, daß er je wieder einen Betrieb von innen zu sehen bekommt.

Es muß dabei beachtet werden, daß immer nur einer zur Zeit in

demselben Betrieb davon befallen wird, mehrere Fälle, die gleichzeitig auftreten, würden Verdacht erregen, zwischen zwei Fällen in demselben Betrieb sollten wenigstens vier bis sechs Wochen liegen oder besser eine noch längere Zeit, sonst wird sich der Arzt schwer wundern und unnötig genaue Untersuchungen anstellen. Die tatsächliche Krankheit ist selten und nicht ansteckend.

Übe dir, unter Ausschluß der Öffentlichkeit, das folgende Symptom ein: Eine Sekunde lang bist du plötzlich „abwesend".

Du weißt einfach nicht, was in diesem kurzen Augenblick geschieht. Wenn du z.B. ein Glas in der Hand hast (oder irgend einen anderen Gegenstand), dann läßt du es einfach fallen und kannst selber nicht erklären, wie und warum das passiert ist. Das Ding ist dir eben einfach aus der Hand gefallen, ohne Grund. Komisch.

Oder: Ein Arbeitskollege redet mit dir, und plötzlich warst du für einen Moment „abwesend", du weißt einfach nicht, was er eben gesagt hat.

Oder: Du willst dir eine Zigarette anstecken, und stattdessen läßt du einfach das Streichholz fallen — aber nicht, weil du dich ungeschickt angestellt hast, sondern weil du plötzlich „nicht da" warst.

Bei dem „Anfall" bist du wie gelähmt, aber nicht steif. Die Muskeln sind entspannt, gerade so, als wenn du gerade „einnicken" würdest. Für eine Sekunde hast du keinen Willen, kein Bewußtsein, kannst du keine Bewegung machen. Deine Augen sind dabei offen und starr.*

Wenn du das kannst, laß es dir gelegentlich passieren, wenn andere dabei sind, übertreibe aber nicht, es darf nicht zu oft vorkommen, alle zwei-, drei Tage einmal, oder vielleicht ein paar Mal an einem Tag und dann wieder nicht für ein paar Tage.

Abgesehen von diesen merkwürdigen Abwesen-

*Bei der tatsächlichen Krankheit sind die Pupillen (das Schwarze im Auge) während der „Anfälle von Abwesenheit" erweitert. Das kann man nicht nachmachen, es ist aber nur zu bemerken, wenn dich jemand bei gutem Licht genau beobachtet. Du darfst deshalb keinen solchen Anfall haben, wenn ein Arzt oder sonst jemand, dem du nicht völlig vertrauen kannst, deine Augen sehen kann. Wie gesagt, du kannst die Erweiterung der Pupillen nicht nachmachen, aber du darfst ruhig sagen, wenn sich eine Gelegenheit ergibt, daß dir jemand gesagt hat, deine Augen hätten bei dem Anfall „so groß ausgesehen", und du hättest „so komisch gestarrt" dabei. Das könnte z.B. die Sache sein, die dir schließlich doch Angst gemacht hat, wegen dieser „albernen Anfälle". (Selbstverständlich mußt du einen Freund nennen, der auch bereit sein würde, deine Angabe zu bestätigen, wenn er gefragt wird.)

heiten benimmst du dich völlig normal und hast weiter keine Beschwerden. Dem Arzt sagst du, wenn er fragt, daß es scheinbar vor 2 — 3 Monaten angefangen hat, du weißt nicht genau. Deine Einstellung zu diesen „Anfällen von Abwesenheit" (dem Doktor gegenüber und auch im allgemeinen) ist, daß du sie nicht allzu ernst nimmst.

Sie sind natürlich ärgerlich, diese Abwesenheiten, du „kommst dir dabei blöd vor". Es geniert dich, daß dir so etwas passiert. Es war unangenehm, daß es dir einmal beim Kaffeetrinken passiert ist, und der ganze Kaffee ist dir über die Hose gelaufen, weil du plötzlich die Tasse hast fallen lassen. Aber natürlich kannst du dir nicht vorstellen, daß du „krank" sein sollst. Wenn dir jemand sagt, daß solche „Anfälle" doch vielleicht ein ernstes Symptom sein könnten, bist du mehr ärgerlich als beunruhigt. **Protestiere dagegen, daß man solche „Geistesabwesenheit" oder „Zerstreutheit" mit dem Wort „Anfall" bezeichnet.** Sage, daß so etwas doch jedem einmal passieren kann. Aber, schließlich — man kann doch nicht wissen, die Sache ist ja wirklich sonderbar und komisch, und es wird doch nicht am Ende doch eine richtige Krankheit sein? Du kriegst es schließlich doch mit der Angst und gehst zum Arzt. Du sagst, daß du zwar nicht glaubst, daß es etwas Ernsthaftes sein könnte, aber deine Freunde haben dich aufgezogen mit deinen „Anfällen" und dir doch schließlich ein bißchen Angst gemacht. Aber — dir fehlt weiter nichts.

Der Doktor wird allerhand Fragen stellen, die scheinbar gar nichts mit der Sache zu tun haben. Laß ihn sehen, daß dir das merkwürdig vorkommt, und daß du diese Fragen nicht erwartet hast. (Denke immer, und besonders in diesem Fall, an die Grundregel, daß du den Arzt fragen lassen mußt und nichts von dir aus erzählen darfst.) Wenn also der Arzt nach den folgenden Einzelheiten fragt, und nur dann, erzähle ihm, Stück für Stück:

Als Baby warst du anfällig, besonders im ersten Jahr. Ein schwaches Kind. Das haben dir deine Eltern oft später erzählt. Beim Zahnen hast du Krämpfe gehabt, deine Eltern hatten große Angst, aber es kam ja nur vom Zahnen und ging vorüber.

Deine Eltern haben überhaupt Last mit dir gehabt. Du warst immer „schwierig" und launenhaft, und noch lange später haben sie dich aufgezogen mit deinem „Wutkoller", den du so leicht gekriegt hast. Heute lachst du natürlich darüber; du bist zwar immer noch sehr leicht in Wut zu bringen, es passiert dir oft genug, daß du „Einen glatt ermorden" könntest, aber jetzt hast du dich natürlich in der Gewalt. Auf der Schule war das manchmal schlimmer, als du dich noch nicht

zu beherrschen gelernt hattest. Wenn dich die anderen Kinder „aufzogen", dann bist du ihnen sofort an den Hals gegangen und hast ernsthaft versucht, sie umzubringen. Natürlich ist nie ernsthaft etwas passiert.

(Vergiß nie, daß du nie zusammenhängend erzählen darfst! Damit würdest du verraten, daß du weißt, daß alle solche Dinge etwas mit deiner „Krankheit" zu tun haben können. Du mußt erstaunt sein, daß solches Zeug gefragt wird, was doch nichts mit „Anfällen von Abwesenheit", mit „Zerstreutheit" zu tun haben kann!)

Als du 13—14 Jahre alt warst, bist du ein-, zweimal in der Schule ohnmächtig geworden. Natürlich sprichst du nicht gerne davon, es ist doch „blöd", einfach ohnmächtig zu werden. Du weißt auch nicht, was da eigentlich mit dir los war. Du hast dich sonst ganz normal gefühlt, hast keine Schmerzen gehabt oder irgendwelche besonderen Beschwerden. Deine Eltern haben einen Arzt gerufen, und du hast nach den Ohnmachtsanfällen jedesmal ein paar Wochen zu Hause bleiben müssen. Du hast natürlich nichts dagegen gehabt, daß du nicht zur Schule gehen brauchtest, aber du weißt nicht, warum du nicht gehen durftest; es war sogar ein bißchen albern, daß du deinen Schulkameraden nicht sagen konntest, warum du aus der Schule fortbliebst. Du „warst nicht richtig krank" und fühltest dich ganz gesund und munter.

Wenn der Arzt fragt, ob du manchmal dein Bett naß machst, benimm dich genau, wie sich jeder erwachsene Mensch benehmen wird, wenn man ihn so etwas fragt. Du hast diese Frage nicht gern, und du findest es genierlich, darauf antworten zu müssen. Aber — vor einem Arzt braucht man sich ja nicht zu genieren, und du gibst zu, daß du natürlich als kleines Kind gelegentlich naß gemacht hast. Wenn der Arzt dich dann nicht in Ruhe läßt und weiter fragt, ob denn das später nicht mehr vorgekommen ist, dann gibst du es schließlich zu. Jawohl, es ist dir auch als Erwachsenem passiert, ab und zu. Wenn du morgens ufgewacht bist, war das Bett naß. Das war dir natürlich sehr peinlich, id du hast gedacht, daß du dir wohl die Blase erkältet haben mußt, ne es zu wissen. Du hast dich nach Nächten, in denen das vorge- mmen ist, auch nicht so recht wohl gefühlt, so ein bißchen „dumm n Kopf" und abgespannt.* Auf die Frage, ob du manchmal schlecht

*Achtung! Nachdem du mit deiner Beschwerde beim Arzt gewesen bist, darfst du nicht etwa wirklich dein Bett nässen. Der Arzt wird dir glauben, daß es gelegentlich vorgekommen ist, ehe er dich beobachten konnte, aber du fällst rein, wenn du ihm Gelegenheit gibst, dich nach einer Nacht, in der es angeblich passiert ist, zu beobachten.

schläfst, sage ja, manchmal ist das ganze Bett zerwühlt am Morgen, und du mußt wohl unruhig gewesen sein in der Nacht und Albdrücken gehabt haben. Komischerweise weißt du aber sozusagen nichts davon, du kannst dich dann nicht an einen besonders schlechten Traum erinnern. Bloß das Bett war öfters vollkommen durcheinander, und ein-, zweimal hast du am Morgen eine wunde Zunge gehabt, und auf dem Kopfkissen war ein bißchen Blut. Warum, weißt du nicht. Du hast keinerlei Erklärung dafür.

(Vergiß nicht, daß du das alles nicht „herbeten" darfst. Der Arzt muß das alles aus dir herausfragen. Wenn du zusammenhängend erzählst, oder etwas vorbringst, wonach der Arzt nicht gefragt hat, kannst du sehr leicht hereinfallen!)

Vielleicht kriegst du eine Medizin verschrieben. Dann nimm sie vorschriftsmäßig ein, und komm nach ein bis zwei Wochen wieder und beklage dich, daß du keinen Appetit hast und an Verstopfung leidest. Falls diese Medizin Brom enthält, d.h., wenn sie leicht bitter und salzig schmeckt, besorge dir außerdem Jodkali und nimm es ebenfalls ein, wie du unter „Körperausschlag" auf Seite 52 — 53 beschrieben findest. Wenn du daraufhin weiter Medizin bekommst, dann mußt du zeigen, daß du allmählich immer langsamer wirst, sozusagen schläfriger. Das muß sich allmählich immer mehr zeigen, und nach etwa vierzehn Tagen wird es ganz schlimm. Du bewegst dich nur noch langsam und bist die ganze Zeit „nicht ganz da", wenn du schon einmal sprichst, dann klingt es, als ob du etwas abliest, ein Wort nach dem anderen.

(Du mußt dir dieses neue Symptom natürlich auch gut einüben. Es kommt nicht von selbst.)

Wenn dich während dieser Zeit z.B. ein Vorarbeiter anschreit, nimm dich zusammen und vergiß nie, daß du nur langsam reagieren darfst. Dreh nie scharf den Kopf herum, wenn du angerufen wirst. Führe Befehle langsam aus, und so, als ob du nicht recht weißt, wieso und warum. Wenn du das immer richtig durchführst, kann dir dabei nichts passieren.

Auf alle anderen Fragen antworte die reine Wahrheit. Versuche nicht, auf eigene Faust etwas dazuzuerfinden, und laß dich nicht durch Fragen, auf die du hier keine Antwort angegeben findest, hereinlegen. Falls der Arzt fragen sollte, ob in deiner Familie Fälle von Epilepsie (Fallsucht, Krämpfe) vorgekommen sind, kriegst du einen Schreck und sagst, das könnte doch unmöglich etwas mit deiner Beschwerde zu tun haben. Zeige ihm, daß du ganz natürlicherweise vor dieser Idee Angst hast. Behaupte aber auf keinen Fall, daß so etwas in deiner Familie vorgekommen ist, wenn es nicht wirklich wahr sein sollte. Wenn tat-

sächlich keiner deiner Eltern, Großeltern usw. Epilepsie gehabt hat, sagst du mit Nachdruck, es könnte unmöglich so etwas sein, das wäre noch nie in deiner Familie vorgekommen. Deine Antwort muß so klingen, als ob es geradezu eine Beleidigung wäre, wenn man deiner Familie „so was zutraut". (Das ist natürlich in Wirklichkeit Unsinn, jede Krankheit „kann in den besten Familien vorkommen" — aber es wird auf den Arzt den richtigen Eindruck machen.) Falls aber tatsächlich und nachweisbar ein solcher Fall bei einem Familienmitglied vorgekommen ist, sage einfach die Wahrheit.
In Wirklichkeit werden solche Anfälle von „Abwesenheit", ebenso wie richtige Krämpfe, oft durch den Luftdruck von Bomben ausgelöst. D.h., die Anfälle treten zuerst auf, nachdem die betreffende Person einer solchen Druckwelle ausgesetzt war, auch ohne äußerlich verletzt worden zu sein. Du darfst natürlich dem Arzt nicht sagen, daß du weißt, daß ein Zusammenhang zwischen diesen „Anfällen" und „Bombenschock" bestehen kann. Aber deine Krankheit könnte sehr gut nach einem Luftangriff angefangen haben.

Wenn du diese Anweisungen richtig befolgst, kannst du mit Sicherheit darauf rechnen, als dauernd arbeitsunfähig entlassen zu werden. Du brauchst keine Angst vor Untersuchungen zu haben, wenn du dich an die Vorschriften hältst. Es besteht eine entfernte Möglichkeit, daß man bei dir eine ganz neue Untersuchungsmethode anwendet, die dir dann vielleicht einen gewaltigen Eindruck macht. Laß dich nicht verblüffen. Es nützt alles nichts, sie können dich nicht hereinlegen. Die neue Methode besteht in einem komplizierten, elektrischen Apparat, der die Stromveränderungen deiner Körperelektrizität anzeigt. Dir tuts nicht weh — und dem Arzt machts Spaß, mit seinem neuen Spielzeug zu spielen. Das Gute dabei ist: Diese Maschine zeigt zwar mit Sicherheit an, daß der Untersuchte die betreffende Krankheit wirklich hat — wenn er sie hat. Aber sie tut das nicht in allen Fällen. Es gibt Fälle, in denen der Patient wirklich an „Abwesenheit" leidet — und trotzdem zeichnet die Maschine nichts auf, bezw., seine „Kurve"ist genau wie bei einem gesunden Menschen. Ein Arzt, der genügend gründlich ausgebildet ist, um so eine Maschine bedienen zu können, weiß das. Er kann dir also nichts beweisen. Die Untersuchung macht er nur aus „wissenschaftlichem Interesse". Laß ihm sein Vergnügen. Dir kann nichts passieren.

6. Tuberkulose.

Tuberkulose ist heute in Deutschland so verbreitet, daß diese Krankheit

er wird deshalb im Mikroskop ebenso leuchtend rot erscheinen, wie Tuberkeln Diese Tatsache ist den wenigsten Ärzten geläufig, und die Anwesenheit dieses Bazillus im Schleim ist scheinbar ausgeschlossen. Der Arzt wird sich also nicht lange damit aufhalten, sondern sofort annehmen, daß hier ein klarer Fall von Lungenschwindsucht vorliegt. Du mußt den „Ersatzbazillus" ebenso wie das Blut, im Mund mit dem Schleim mischen. Es genügt, ein ganz kleines bißchen, gerade so viel, wie an der Fingerspitze hängen bleibt, zu nehmen. Es kommt nicht darauf an, daß du möglichst viel nimmst. Im Gegenteil, zu viel könnte Verdacht erregen. **Lungenschwindsucht (Tuberkulose) macht den betreffenden Mann natürlich völlig untauglich für schwere Arbeit.** Er kann überhaupt keine schwere Arbeit verrichten und muß gut gepflegt werden.

Wenn der Arzt den so vorbereiteten Schleim untersucht hat, wirst du in ein besonderes Lungensanatorium kommen, wo du besonders gute, kräftige Kost und viel Ruhe bekommst. Du brauchst nicht zu befürchten, daß du dich bei den anderen Patienten dort mit einer wirklichen Lungenkrankheit anstecken könntest. Bei den Vorsichtsmaßregeln in so einem Sanatorium ist das ausgeschlossen.

Sollte sich bei genauerer Beobachtung herausstellen, daß du einige der vom Arzt erwarteten Symptome nicht hast, dann brauchst du deshalb noch lange nicht hereinzufallen. Solange du nicht gerade dabei erwischt wirst, wie du Blut und „Ersatzbazillen" unter den Schleim mischst, kann nichts passieren. Der Arzt wird sich vielleicht wundern, aber solange du nichts zugibst, kann er dir nichts beweisen. Auch vor einer Untersuchung mit Röntgenstrahlen brauchst du keine Angst zu haben. Aus dem Röntgenbild kann der Arzt nur feststellen, daß er einige Symptome, nach denen er gesucht hat, nicht finden kann. Das bedeutet nicht, daß du keine Tuberkulose hast.

Wenn du lange genug krank bleibst, kannst du mindestens sicher sein, nie mehr schwere Arbeit verrichten zu müssen.

Du brauchst nicht zu befürchten, daß du bei Untersuchungen hereinfällst. Im Gegenteil. Das ist leider der einzige Haken bei „Tuberkulose": Je länger der Krieg dauert, desto weniger Mühe gibt sich der Arzt mit einem Tuberkulosepatienten. Tuberkulose ist zwar eine der gefährlichsten Krankheiten der Welt, aber sie hat durch Mißwirtschaft und Krieg jetzt bei uns derart zugenommen, daß praktisch nichts mehr dagegen getan werden kann. Man läßt also die Leute ruhig sterben. Ansteckende, tuberkulöse Arbeiter stehen neben dir im Betrieb — man

läßt sie aber da, als Gefahr für ihre Arbeitskameraden, weil man auch ihre letzte Arbeitskraft noch für den totalen Krieg nutzbar machen will.
Aber vielleicht hast du Glück und findest einen Arzt, der seinen Helferberuf noch ernst nimmt, und der dir wenigstens ein bißchen Ruhe verschafft, oder leichtere Arbeit.

7. „Ansteckende" Halsentzündung.

(Nur für Leute, die noch ihre „Mandeln" haben.) Diese Beschwerde ist am wirkungsvollsten, wenn mehrere Kameraden gleichzeitig krank werden. Es ist aber auch vollkommen glaubhaft, wenn nur einer allein sich damit krank meldet.

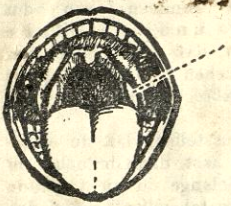


Abbildung 8.

„Mandeln" (Tonsillae) Lymphdrüsen, die rechts und links im Hals hinter dem Zäpfchen sichtbar sind als etwa erbsengroße, rötliche Schwellungen. Der Pfeil zeigt die Stelle an, die betupft werden muß.

Du brauchst: Einen sogenannten Höllensteinstift (erhältlich in jeder Apotheke oder Drogerie), Nitro-Zellulose-Gewehr-Blättchenpulver, etwas gelben Senf (oder Ingwer). Damit machst du Folgendes:

a) — Wenn du bei gutem Licht vor dem Spiegel die Zunge herausstreckst, und „Aah" sagst, kannst du rechts und links im Hals, hinter dem Zäpfchen, deine „Mandeln" sehen (Abbildung 8). Eine dieser Mandeln betupfst du leicht mit dem Höllensteinstift an einer Stelle. Du drehst den Stift dabei, als ob du einen kleinen, runden Punkt mit Kreide auf eine Tafel malen wolltest. Wenn du selber nicht geschickt genug dazu bist, laß es dir von einem Kameraden machen, dem du vertrauen kannst.
Du brauchst keine Angst vor dieser „Behandlung" zu haben. „Höllenstein" ist nicht halb so gefährlich, wie der Name klingt, und die Folgen werden nur ganz gewöhnliche Halsschmerzen sein.
b) — Löse ein bißchen gelben Senf (oder Ingwer) in Wasser auf. Nimm gerade genug, daß die Mischung eben ein wenig auf der Zunge brennt, und gurgle damit.

c) — 20 bis 30 Minuten, bevor du zum Arzt gehst, schlucke eine kleine Messerspitze voll Gewehrpulver oder irgend einen anderen Explosivstoff. (Du brauchst keinen Schreck zu kriegen, wenn du dich wirklich krank fühlen wirst. Bei genauer Beachtung der angegebenen Vorschriften ist die Sache völlig harmlos).

Beim Arzt beschwerst du dich, daß du nicht schlucken kannst, weil das weh tut. Gib im übrigen nur eine wahrheitsgemäße Beschreibung von dem, was du wirklich fühlst. Wenn der Arzt fragen sollte, wie es angefangen hat, sagst du, daß es am Morgen, ehe du dich krank gemeldet hast, angefangen hätte und dann schlimmer geworden sei. Da die Krankheit, die der Doktor bei dir feststellen wird, sehr ansteckend ist, sollten möglichst mehrere Kameraden im selben Betrieb davon befallen werden. (Das heißt natürlich nicht, daß die Beschwerden, die du von dem Höllenstein usw. bekommst, wirklich ansteckend sind. Der Arzt wird nur glauben, daß du eine ansteckende Halsentzündung hast!)

Um es für den Arzt glaubhaft zu machen, daß eine solche Epidemie ausgebrochen ist, sollte zuerst einer sich krank melden. Dann sollten, etwa 10 oder 12 Stunden später, ein oder zwei weitere Fälle zum Arzt kommen. Am nächsten Tag könnte schon ein halbes Dutzend „angesteckt" werden. Das ist ungefähr das Tempo, in dem die wirkliche Krankheit sich ausbreiten würde. Ein paar von den Kranken sollten nur mit der Senflösung gurgeln, und keinen Höllenstein benutzen, aber alle sollten Gewehrpulver schlucken.

Das Resultat wird sein, daß du ins Krankenhaus kommst, wo du mindestens eine Woche bleiben wirst. Die tatsächliche Entzündung, die du mit deiner Selbstbehandlung hervorgerufen hast, wird nach ein paar Tagen verschwinden. Du kannst den Aufenthalt im Lazarett verlängern, indem du ab und zu wieder mit der Senflösung gurgelst. Nimm aber nicht wieder den Höllensteinstift! Wenn kein anderer Kamerad mitmacht, schadet es auch nicht viel. Der Arzt wird eben glauben, daß er Glück gehabt und sich weiter niemand angesteckt hat.

Es gibt keine Untersuchungsmethode, mit der man dir nachweisen kann, daß deine Halsentzündung künstlich hervorgerufen ist. Darauf kannst du dich verlassen, solange du die Vorschrift richtig befolgt hast.

Wahrscheinlich wird der Arzt einen „Abstrich" von deinen entzündeten Mandeln machen und ihn unter dem Mikroskop auf Bazillen untersuchen. Davor brauchst du keine Angst zu haben. Es ist eine Tatsache,

daß fast alle Menschen alle möglichen Sorten von Bazillen mit sich herumtragen, die ihnen aber keinen Schaden tun. Wir können hier nicht näher auf diese Angelegenheit eingehen, du kannst dich aber darauf verlassen, daß für den Arzt höchstwahrscheinlich der alte Spruch gilt: „Wer sucht, der findet". Es ist heutzutage sogar recht wahrscheinlich, daß der Arzt Diphteriebazillen bei dir findet. Sie sind die ganze Zeit da gewesen, und haben dir aus einem bestimmten Grund weiter keinen Schaden getan. Wenn der Doktor aber die Entzündung sieht und dann auch noch Bazillen findet — dann gibt es für ihn keinen Zweifel.

Sei aber vorsichtig mit dem Höllensteinstift! Wenn du aus Versehen damit an die Zunge oder an den Gaumen gekommen bist, dann wird sich diese Stelle auch entzünden. Das darf der Arzt unter keinen Umständen zu sehen kriegen. In diesem Fall mußt du warten, bis jede Spur deiner Ungeschicklichkeit verschwunden ist, und von vorne anfangen.
Ferner sei im Fall von Halsentzündung besonders vorsichtig mit dem, was du dem Doktor erzählst! Erfinde keine „Krankengeschichte", damit fällst du totsicher herein. Solange du nur tust, was dir hier geraten wird, bist du vollkommen sicher.

8. Schwerer Durchfall.

Verschiedene Arten von schwerem, oft blutigem Durchfall (Dysenterie, Ruhr) sind in Deutschland, ja in ganz Europa heute derart verbreitet, daß es bestimmt nicht auffallen wird, wenn du ebenfalls mit solchen Symptomen zum Arzt kommst.

Eine Art Durchfall, die schwer genug ist, daß du damit auf Wochen Ruhe, Pflege und besondere, gute Verpflegung bekommen mußt, ist leicht herzustellen. Du nimmst getrocknete Samen der Kornrade. Jeder kennt diese Blume, die als Unkraut auf Kornfeldern wächst. (Die Blüte ist bläulich-rot, nicht zu verwechseln mit der blauen Kornblume.) Die Samen, oder die getrocknete Wurzel mahlst du in der Kaffeemühle oder zerstößt sie im Mörser, und mischst das Pulver unter gemahlenen Kaffee (Ersatz- oder Bohnenkaffee, das macht keinen Unterschied). Der leicht bittere Geschmack ist kaum zu bemerken.
Probiere vorsichtig aus, wieviel du nehmen mußt, beginne mit einer ganz kleinen Messerspitze voll für eine große Tasse. Die verschiedenen Menschen reagieren verschieden, und die Wirksamkeit der einzelnen Pflanzen ist stärker oder schwächer.
Sobald sich die Wirkung zeigt, und du Durchfall bekommst, setze die

Behandlung fort. Nimm nicht zu viel auf einmal. Laß dir Zeit. Jeden Morgen ein bißchen im Kaffee zum Frühstück ist genug. Wenn der Durchfall schlimm wird, geh zum Arzt, und beschreibe einfach genau, was dir fehlt. Erfinde nichts dazu.

Wenn du diese Vorschriften richtig befolgt hast, brauchst du keine Angst vor irgendwelchen Untersuchungen zu haben. Wahrscheinlich wird der Arzt deinen Stuhl mit dem Mikroskop untersuchen, weil er fürchten muß, daß es sich um eine der gefährlichen und sehr ansteckenden Arten von Dysenterie (Bazillen- oder Amöbenruhr) handeln könnte. Wenn er bei dir weder Bazillen noch Amöben findet, muß er dich trotzdem ins Krankenhaus schicken. Solche Fälle kommen heute infolge der Kriegsernährung häufig vor, und es geht dich nichts weiter an, was die Ärzte für eine wissenschaftliche Erklärung dafür haben.

Die Wirkung auf den Arzt wird stark erhöht, wenn viele Kameraden in derselben Einheit oder im selben Betrieb erkranken. Besonders wenn alle zusammen in derselben Kantine Kaffee trinken, läßt sich das natürlich leicht machen.

Statt Kornrade kannst du ebensogut die folgenden Pflanzen anwenden:

Seifenkraut (Wurzel).

Cyclamen (Wurzel). Verschiedene Cyclamenarten wachsen in Gärten).

Primelgewächse (Ackergauchheil, Himmelsschlüssel usw. Wurzel).

Krokus (Alle Sorten. Wurzel).

Gottesgnadenkraut (Samen).

Schwarze sowie **Stinkende Nieswurz** (Wurzel).

Wohlriechendes Veilchen (Wurzel).

Wolfsmilch (Wurzel, Samen, Blätter als Tee).

Hereinfallen kannst du nur mit einem Fehler: Wenn du nicht vorsichtig die richtige Dosis ausprobierst und zu schnell zu viel von dem betreffenden Mittel nimmst.

Vergiß unter keinen Umständen, daß du beim Arzt einen dienstfreudigen, arbeitswilligen Eindruck machen mußt.

Wenn du diese Grundregel außer acht läßt, dann sind alle deine Bemühungen zwecklos.

Wenn du diese Grundregel sorgfältig beachtest,

dann hast du damit den entscheidenden Teil der Schlacht gewonnen.

II. KAPITEL.

Hautkrankheiten.

(Besonders für chemische Arbeiter.)

Allgemeines.

Die Arbeit in chemischen Betrieben, Sprengstoff- und Munitionsfabriken, ist mit Recht am meisten gefürchtet. Zwar denken die meisten, die in so einen Betrieb gesteckt werden, zuerst an die Explosionsgefahr — aber diese Gefahr ist bei weitem nicht die schlimmste. Explosionen kommen nicht alle Tage vor, und sie betreffen gewöhnlich nur einige der Belegschaft.

Die Gefahr, von der alle Gefolgschaftsmitglieder betroffen werden, die immer besteht, ist die der Vergiftung. (So gut wie alle Arbeiter z.B., die mit Trotyl umzugehen haben, fallen früher oder später einer ernsten Vergiftung zum Opfer. Das ist nur eine Frage der Zeit.)

Die Krankheit kommt auf zwei verschiedenen Wegen: innere Vergiftung oder äußere Reizung der Haut. Leute mit einer empfindlichen Haut, die entweder zu dünn und trocken oder zu fettig ist, sollten zwar überhaupt nicht in Sprengstoffbetrieben arbeiten, sie sind aber in gewisser Weise von der Natur bevorzugt. Solche Menschen erliegen immer schnell einer Hauterkrankung, die frühzeitig genug äußerlich sichtbar ist. Sie können daher meist rechzeitig auf ärztliche Behandlung dringen.

Viel schlimmer steht es um die Leute mit einer „dicken Haut". Bei ihnen entwickelt sich die schleichende, innere Vergiftung langsam, ohne äußere Zeichen. Wenn die Symptome erst einmal auf der Haut sichtbar werden, dann ist es gewöhnlich schon zu spät für ärztliche Hilfe. Ärzte mit Erfahrung in Industriemedizin wissen das natürlich.

Sie wissen aber auch, daß die immer noch empfohlenen Schutzmaßnahmen, wie häufiges Waschen mit Seife, längst keinen Zweck mehr haben. Nur erstklassige Kernseife, mit einem möglichst geringen Alkaligehalt und frei von kratzenden Beimengungen gewährt einen gewissen Schutz ... und solche Seife wird schon lange nicht mehr bei uns hergestellt.

Der Schwindel wird nur aufrechterhalten, damit du das Gefühl haben sollst, daß überhaupt etwas zu deinem Schutz getan wird.* Den totalen Hetzern und ihren Ärzten kommt es ja nur darauf an, daß du dich irgendwie weiterschleppst. Sie werden erst etwas für deine Gesundheit tun, wenn sie fürchten müssen, daß sie ihr Arbeitstier ganz verlieren, wenn nicht etwas geschieht.

Du mußt also selbst beweisen, daß es jetzt Zeit ist. Krankheitszeichen auf der Haut: Gelbwerden, Ausschlag, Blasen usw. sind das Signal, daß jetzt Gefahr für Leib und Leben besteht. Wenn sie auftreten, m u ß der Arzt etwas tun.

Hautkrankheiten sind überhaupt für deinen Zweck sehr geeignet. Wenn du die hier gegebenen Anweisungen sorgfältig befolgst, dann brauchst du weiter kein schauspielerisches Talent, denn du hast wirklich etwas vorzuzeigen, was der Arzt sehen und nicht wegleugnen kann. Du mußt dich nur u n b e d i n g t an zwei Grundregeln halten:

1.)—Suche dir eine der weiter unten beschriebenen Krankheiten aus, und bleibe dabei.

2.)—Sage dem Arzt nur: Wann deine Symptome (Ausschlag, Pusteln, Geschwüre usw.) angefangen haben, und ob sie brennen, jucken oder schmerzen.

Alles weitere überlasse dem Doktor. Laß ihn ruhig sich den Kopf darüber zerbrechen, woher deine Symptome kommen. W e n n d u d i e V o r s c h r i f t e n g e n a u e s t e n s b e f o l g t h a s t, kann dich auch ein Hautspezialist nicht hereinlegen.

Wie man's nicht macht.

Wer nicht, wie du, den Vorteil hat, daß ihm einwandfreie, ärztliche Beratung zur Verfügung steht, macht oft schwere Fehler. Solche Dilettanten glauben, wenn sie nur überhaupt irgend welche Symptome auf der Haut vorzeigen können, dann ist alles in Ordnung.

Es ist leicht genug, die Haut zu beschädigen. Das kann man erreichen durch Schneiden, Brennen, Kratzen oder durch Anwendung von starken, chemischen Ätzmitteln.

Alle diese Mittel sind falsch und verraten dich sofort. Schneiden und Brennen ruft Beschädigungen hervor, die jeder Arzt auf den ersten Blick erkennt. Dasselbe gilt für Kratzwunden. Es ist ungemein schwierig, die Haut so anzukratzen, daß nicht Spuren sichtbar bleiben, die verraten, wie die Wunde hergestellt worden ist. Ätz-

* Alle Seifen, die heute zu haben sind, greifen sowieso die Haut an und rufen oft zusammen mit den Wirkungen der Kriegsernährung, besonders des Brots, bei allen Dermatitis hervor.

mittel (Säuren usw.) sind gewöhnlich flüssig, und haben daher die unangenehme Eigenschaft, zu „laufen". Wohin sie laufen, hinterlassen sie Spuren, die dem Arzt sofort sagen: „Hier ist eine Säure angewendet worden".
In solchen Fällen hat es gar keinen Zweck, zu leugnen. Der Beweis, daß du dir selber das betreffende Symptom beigebracht hast, steht klar und deutlich auf deiner Haut geschrieben.
Wenn du dagegen unseren Ratschlägen genau folgst, dann muß der Arzt annehmen, daß deine Symptome eine natürliche Ursache haben. Er wird nicht immer wissen, was die Symptome verursacht haben könnten — aber das ist seine Sache und geht dich nichts an.

Wir müssen dich hier gleich vor einem Fehler warnen, wegen dem viele „schlecht ausgebildete" Leute hereinfallen:
Solche Dilettanten bringen die gewünschten Symptome an Stellen an, die leicht zugänglich sind. Diese Faulheit bestraft sich selber.
Rechtshänder bearbeiten z.B. meist den linken Arm (oder überhaupt die linke Körperseite), und Linkshänder den rechten. Aus demselben Grund behandeln die Meisten die Vorderseite des Beins, oder die Brust, lieber als die Rückseite oder den Rücken. Besonders wenn viele Arbeiter im selben Betrieb oder Kameraden in derselben Einheit mit Symptomen zum Arzt kommen, die an den leicht zugänglichen Stellen sitzen — dann wird der Doktor mißtrauisch.
Es lohnt sich daher immer, ein bißchen Mühe aufzuwenden, und die Symptome an einer unbequemen Stelle anzubringen. Nötigenfalls bitte einen Freund, dir zu helfen. Du wirst schon wenigstens einen Menschen finden, dem du vertrauen kannst.

Abschreckendes Beispiel.

Von den tausenden von Fällen, in denen der Patient erreicht, was er will, hört man natürlich nie etwas. Um so größer ist das Geschrei, wenn die Ärzte einmal herausfinden, daß ein Patient seine Symptome selbst hervorgerufen hat. Das wird dann sofort in den medizinischen Fachzeitschriften veröffentlicht, damit es so aussieht, als ob die Ärzte immer solche Fälle aufdeckten.
So stand z.B. ein langer Aufsatz, mit Illustrationen, am 19.2.43 in der Deutschen Medizinischen Wochenschrift. Darin berichtet Prof. Dr. S. Bommer über Fälle von Dermatitis (Hautentzündung) bei ukrainischen Arbeiterinnen.
Unter diesen Arbeiterinnen kamen auf einmal häufige Fälle von Dermatitis vor, in einer Form, die sehr gefährlich aussah. Die Mädchen

entwickelten große Blasen auf der Haut, meist 30 × 15 cm groß, an verschiedenen Körperstellen, Armen, Beinen, Brüsten usw.
Natürlich konnten die Betroffenen nicht arbeiten gehen, und wurden ärztlich behandelt. Soweit war alles in Ordnung, und der behandelnde Arzt wußte im Anfang nicht recht, um was für eine Ursache es sich handeln konnte.

Aber nach genauerer Beobachtung der „Kranken" und einigem Nachdenken fand er heraus, daß die Frauen und Mädchen die Blasen künstlich hervorgerufen haben m u ß t e n, denn:

1.) Die Blasen traten immer an leicht zugänglichen Stellen auf.
2.) Es gibt keine Hautkrankheit oder Vergiftung, bei der Blasen gerade an den Stellen auftreten, wo sie bei den Arbeiterinnen auftraten.
3.) Die meisten Arbeiterinnen hatten nur e i n e große Blase oder e i n größeres Geschwür an einer Stelle.
4.) Die angegriffenen Stellen hatten eine zu regelmäßige Form, während jede wirkliche Hautkrankheit in sehr unregelmäßigen „Mustern" auftritt. Die einzelnen Stellen sind in Wirklichkeit nie rund, oder oval, oder eckig, sondern so verschieden wie etwa die verschiedenen Umrißlinien von Kartoffeln.

In einem Satz: Die ukrainischen Arbeiterinnen hatten zwar herausgefunden, daß der Saft von Hahnenfuß Blasen und Entzündungen auf der Haut hervorrufen kann — aber sie hatten leider nicht dieses Heft zur Verfügung und hatten deshalb Fehler gemacht, **die du vermeiden kannst.**
Im Folgenden findest du die Beschreibung zweckmäßiger Hautkrankheiten, und im Anhang zu diesem Kapitel, auf Seite 66 — 69 die verschiedenen Pflanzen (Abbildungen 14 — 18) und ihre Anwendung.

1. Öldermatitis.

Jeder Arbeiter, der dauernd mit Maschinenöl in Berührung kommt, kann leicht eine Hautkrankheit bekommen, die als „Öldermatitis" (durch Öl hervorgerufene Hautentzündung) bekannt ist.
Es gibt eine Menge Leute, deren Haut so fein und empfindlich ist, daß sie einfach nicht in einem solchen Betrieb arbeiten können. In vielen Betrieben wird eine Schutzsalbe verteilt, oder ihr Gebrauch empfohlen, die diese Entzündung verhindern soll.
Wenn du unter die Schutzsalbe eins der im Anhang angeführten Pflanzenmittel mischst, dann kannst du sicher sein, daß du eine „Öldermatitis" bekommst, die der Arzt beim besten — oder beim schlechtesten — Willen nicht unbeachtet lassen kann.

Reib die „verbesserte" Schutzsalbe kräftig überall da in deine Haut ein, wo die Haut gewöhnlich mit Öl in Berührung kommt. Denke aber nicht: „Je mehr — je besser", und behandle nicht etwa Körperstellen, an die im Verlauf deiner Arbeit kein Öl kommen kann!

Du kannst dir auch deine eigene „Schutzsalbe" machen, indem du irgend welches Fett, Vaseline, Schweineschmalz usw. mit dem Pflanzenmittel mischst, das du dir als das wirkungsvollste ausgesucht hast. (Siehe Seite 66 — 69.) Getrocknete und pulverisierte Pflanzen sind besonders geeignet für die Beimischung.

An sich ist es wirkungsvoll genug, wenn du das Pulver direkt unter das Maschinenöl mischst. Tatsächlich kann die ganze Werkstatt „Öldermatitis" kriegen, wenn das Pulver etwas in die Umlaufschmierung geraten sollte.

Es hat aber einen Vorteil, wenn du dir deine eigene „Schutzsalbe" zurechtmachst: Du kannst dann die Salbe jederzeit anwenden, auch ganz offen im Betrieb. Damit zeigst du deutlich, daß du alle möglichen Vorsichtsmaßregeln treu und brav ausführst. Natürlich mußt du außerdem eine Dose mit richtiger Schutzsalbe in der Tasche haben, die angebraucht sein muß. Wenn du dann etwa gefragt wirst, was für eine Schutzsalbe du verwendest, kannst du die richtige Dose vorzeigen.

Das Mittel braucht nicht besonders stark zu sein. Je langsamer es wirkt, desto überzeugender werden die Symptome auf den Arzt wirken. Wer hartnäckig immer wieder eine stark entzündete Haut bekommt, wenn er mit Maschinenöl in Berührung kommt, muß schließlich aus dem Betrieb herausgenommen werden, und eine andere, leichtere und sauberere Arbeit bekommen.

Hereinfallen kannst du bei der Sache auf gar keinen Fall. Der Arzt kann nichts weiter tun, als feststellen, daß tatsächlich deine Haut eine Entzündung aufweist, die von einer Vergiftung herrührt. Was die Vergiftung hervorgerufen hat, ist für den Doktor völlig klar: es muß Öl gewesen sein.

Und das Gegenteil kann er nicht beweisen, solange du nicht so unglaublich dumm und unvorsichtig bist, ihn deine selbstgemachte „Schutzsalbe" sehen zu lassen.

2. Trotylvergiftung.

Wo immer mit giftigen Stoffen gearbeitet wird, da zeigen sich die Folgen natürlich früher oder später bei allen Gefolgschaftsmitgliedern. Wir nehmen hier als Beispiel die Vergiftung mit Trotyl (Trinitrotuol), weil sie am verbreitetsten ist.

Möglicherweise hast du selbst nichts mit Trotyl zu tun. Aber wenn dieser Stoff irgendwo in deinem Betrieb verwandt wird, dann könntest du doch leicht einer von den Leuten sein, die so trotylempfindlich sind, daß sie in einer Sprengstoffabrik einfach nicht beschäftigt werden können, weil Trotyl sie auch von weitem angreift. Bei jungen Mädchen (unter 19 Jahren) kann man das so wie so annehmen, und ganz bestimmt bei allen, die schon irgendwann einmal Gelbsucht gehabt haben.

Dem Arzt kommt es natürlich nicht darauf an, ob du dir deine Gesundheit ruinierst, aber viele Fälle von Vergiftung im Betrieb „machen einen schlechten Eindruck", sie machen auf die Dauer die Belegschaft ängstlich, und das setzt die Arbeitsleistung herab. Wenn du also die richtigen Symptome vorzeigst, in der angegebenen Reihenfolge, dann wird der Arzt schon etwas für dich tun. Wenn eine Person in Wirklichkeit zu Trotylvergiftung neigt, dann führt das schließlich zu einer sogenannten aplastischen Anämie, und wenn es erst so weit ist, dann gibt es keine Rettung mehr — und ein toter Arbeiter ist nutzlos für den totalen Kriegseinsatz. (Dasselbe gilt übrigens auch für andere chemische Vergiftungen, besonders für Benzolvergiftung.)

Das erste Symptom, das du dem Arzt zeigen solltest, ist eine Entzündung der Haut, die überall da auftritt, wo der Stoff deiner Kleidung die Haut reibt: am Handgelenk, am Hals.

Diese Entzündung kann leicht hervorgerufen werden. Du brauchst nur eins der Pflanzenmittel, die du auf Seite 66 — 69 im Anhang verzeichnet findest, an den betreffenden Stellen in die Haut zu reiben. Falls du in einer Vulkanisieranstalt arbeitest, kannst du auch Seleniumdioxyd dazu nehmen.

Wenn du auf dieses erste Symptom hin noch keinen Krankenurlaub bekommst, mußt du dem Arzt beweisen, daß die Vergiftung nicht nur deine Haut betroffen hat, sondern „innen sitzt".

Das wird erreicht, indem du dir etwas Kalichlorat besorgst. Es wird in der Apotheke gegen einen „rauhen Hals" verkauft. Du kannst ebensogut Acetanild nehmen (ein Schmerz- und fieberstillendes Mittel). Von dem einen oder anderen Mittel nimm täglich 1 Gramm ein. Dann werden sich bald deine Lippen bläulich-grau verfärben. Wenn das eintritt, geh zum Arzt und beklage dich darüber, daß dir das Atemholen schwer fällt, und daß du dich sehr müde und „herunter" fühlst.

Falls der Arzt einer von der schlimmsten Antreibersorte ist, läßt er dich vielleicht immer noch weiter schuften. Dann komm wieder, und beklage dich über einen starken, dumpfen Schmerz in der ganzen Magengrube:

Der Schmerz hört nie auf, Tag und Nacht. Er zwingt dich, etwas gebückt zu gehen, du streckst nicht gerne deine Bauchmuskeln. Außerdem sagst du nur, daß du dich müde und verstimmt fühlst.
Es ist so gut wie unmöglich, daß du weiter im Betrieb gelassen wirst. Wenn du wirklich diese Symptome hättest, dann wäre es glatter Mord, dich arbeiten zu lassen. Auf einen Mord mehr oder weniger kommt es denen oben zwar heute nicht an, aber sie möchten doch nicht gerne einen Arbeiter verlieren.
Im äußersten Notfall kannst du dann endlich noch Gelbsucht bekommen, wie du auf Seite 58 beschrieben findest. Dann weiß auch der „strammste" Arzt, was die Uhr geschlagen hat, und wird dir eine Weile Ruhe verschaffen. Du kannst damit rechneu, daß du nie wieder in einen chemischen Betrieb kommst — das würde sich für die totalen Herren nicht lohnen. Nach dem Kriege fragt kein Mensch mehr danach, wieso du plötzlich wieder gesund bist, und du kannst dich deines Lebens freuen.

3. Ausschlag auf der Stirn.

Ausschlag ist immer ein Zeichen von gefährlicher Erkrankung. Hier ist eine Sorte, die dem Arzt bestimmt einen Schrecken einjagt, und auf die hin du bestimmt krank geschrieben wirst und auf längere Zeit nicht zu arbeiten brauchst.
Du nimmst eine dünne Nähnadel und „punktierst" die Haut über der e i n e n Augenbraue, d.h., du stichst ganz leicht in die Haut, ein Stich dicht neben dem anderen. Dabei soll kein Blut fließen, es schadet aber nichts weiter, wenn doch einmal ein Tröpfchen kommt. Die Stiche müssen zusammen eine unregelmäßige Linie bilden, 2 cm breit und 4 cm lang, von der Mitte des Augenlids nach oben. (Siehe Abbildung 9.)
In die so vorbereitete Haut reibst du eins der Mittel ein, die du im Anhang auf Seite 66 — 69 angeführt findest. Eine gute Methode ist auch, frisch ausgequetschten Saft von einer der Pflanzen auf der Haut anzubringen, und durch die Tröpfchen hindurch die Haut zu „punktieren". Auch die im Anhang beschriebene Anwendung der Essiglösung ergibt oft gute Resultate. Du mußt eben ausprobieren, was bei deiner Haut am besten wirkt.
Wenn die Haut sich entzündet und einen Ausschlag zeigt, geh zum Arzt. Du sagst, der Ausschlag wäre ganz plötzlich gekommen und schmerzt, wenn auch nicht sehr. Du fühlst dich nicht ganz wohl. Weiter weißt du auch nichts.
Sobald die Entzündung und der Ausschlag erscheinen, nimm ein paar Körnchen Kochsalz, und stecke sie unter das untere Augenlid. Das

Salz wird sich auflösen, und etwas brennen. Wirklicher Schaden wird dadurch nicht angerichtet, aber der Augapfel wird sich entzünden. Wenn er nicht beim ersten mal rot wird, weiderhole die Behandlung

Abbildung 9.

Ausschlag auf der Stirn. Bild zeigt wie die Linie von unregelmäßigen, entzündeten Flecken über und unter einer Augenbraue verläuft.

mit Salz. Hinterher mußt du das Auge mit sauberem Wasser auswaschen.

Beim Arzt beschwerst du dich darüber, daß das Auge weh tut. Beschreibe einfach wahrheitsgemäß, was du gefühlt hast, als du das Salz ins Auge gestreut hattest, auch wenn du jetzt nichts mehr davon spürst. Sage, das Auge hätte angefangen, weh zu tun, ein paar Stunden nachdem du zuerst den Ausschlag auf der Stirn bemerkt hast.

Das ist gerade, was der Arzt gefürchtet hat. Er wird glauben, daß du in größter Gefahr bist, dein Auge zu verlieren. Du mußt also ins Krankenhaus kommen und längere Zeit Ruhe kriegen.

Im Krankenhaus sorge dafür, daß das Auge rot bleibt, indem du alle 6 — 8 Stunden etwas Salz anwendest. Im Notfall, wenn der Arzt dich nicht ins Krankenhaus schickt oder dir Urlaub gibt, kannst du etwas Wolfsmilchsaft (s. Seite 66) unter das Augenlid träufeln. Sei aber vorsichtig damit. Salz wird keinen wirklichen Schaden tun, aber Wolfsmilchsaft kann gefährlich werden und wirklich das Auge auf lange Zeit krank machen und außer Betrieb setzen.

Versuche aber niemals, dein Auge zu behandeln, wenn du nicht gleichzeitig den Ausschlag auf der Stirn hast.

Ein einäugiger Arbeiter ist weniger wert für den Kriegseinsatz, deshalb wird der Arzt schon etwas für dich tun. Solange das Auge noch angegriffen ist, wirst du keine Arbeit zu leisten brauchen, bei der man mit beiden Augen sehen muß, du kannst z.B. keinen Kraftwagen fahren:

und zwar nicht aus Mitleid mit deinem Zustand, sondern weil du möglicherweise mehr Schaden anrichten als nützen kannst, solange du noch nicht ganz gesund bist.

4. Körperausschlag.

In Sprengstoff- und Füllbetrieben, in denen sich hautreizende Dämpfe oder irritierender Staub entwickeln, ist diese Krankheit sowieso fast unvermeidlich. Wer da rechtzeitig heraus will, ehe die Sache schlimm wird, der sollte die folgenden Answeisungen ausführen. Besonders wenn sich mehrere Kameraden mit dieser Beschwerde krank melden, aber auch bei einem vereinzelten Fall wird der Arzt einen Schreck kriegen, und m i n d e s t e n s e i n p a a r T a g e D i e n s t b e f r e i u n g anordnen. Dies ist tatsächlich eins der wirkungsvollsten Symptome, möglicherweise kann ein ganzer Betrieb dadurch still gelegt werden. Der einzige Nachteil ist, daß sich nicht jede Person gleichmäßig gut für die angegebene Behandlung eignet. Du mußt eben ausprobieren, ob du zu den Glücklichen gehörst, bei denen es klappt. Du brauchst etwas Jodkali, das man in der Apotheke kaufen kann. Am besten besorgst du es dir in 10%iger Lösung. Von dieser Lösung nimmst du dreimal täglich einen Teelöffel voll. Wenn es aus irgend einem Grunde schwierig sein sollte, Jodkali zu bekommen, kopiere genau das abgebildete ärztliche Rezept. (Siehe Abbildung 10.) Falls du statt der 10%igen Lösung die schwächere Lösung verwendest, die auf dem abgebildeten Rezept verschrieben ist, mußt du dreimal täglich z w e i Eßlöffel nehmen. Die Folge wird sein, daß du dich fühlst, als ob du eine Erkältung hättest. Am fünften Tage der Behandlung (bei manchen Leuten früher) wird sich deine Haut stellenweise röten, und du wirst einen roten Ausschlag bekommen, als ob du Scharlach hättest. Falls das nach fünf Tagen nicht eintreten sollte, mußt du die dreimalige, tägliche Dosis Jodkali erhöhen, indem du jedesmal ein paar Tropfen mehr als einen Teelöffel voll nimmst (etwa einen viertel Teelöffel mehr). Nun könnte es natürlich sein, daß gerade dein Körper nicht in der richtigen Weise auf Jodkali reagiert. Dann kannst du einen sehr wirkungsvollen Körperausschlag auf eine andere Weise herstellen.

Du sammelst Wolfsmilch, (s. Abbildung 14 auf Seite 66) und trocknest die Samen oder Blätter (Samen wirken stärker). Die mahlst du dann fein in der Kaffeemühle oder zerstößt sie im Mörser zu einem feinen Pulver. Das Pulver streust du in deine Unterwäsche, in deine Pyjamas oder ins Bett — kurz, überall, wo es mit deinem Körper in Berührung kommt. Wenn der Körper anfängt, das Pulver leicht zu erwärmen, wirst du einen rötlichen Ausschlag bekommen, der dem Arzt viel

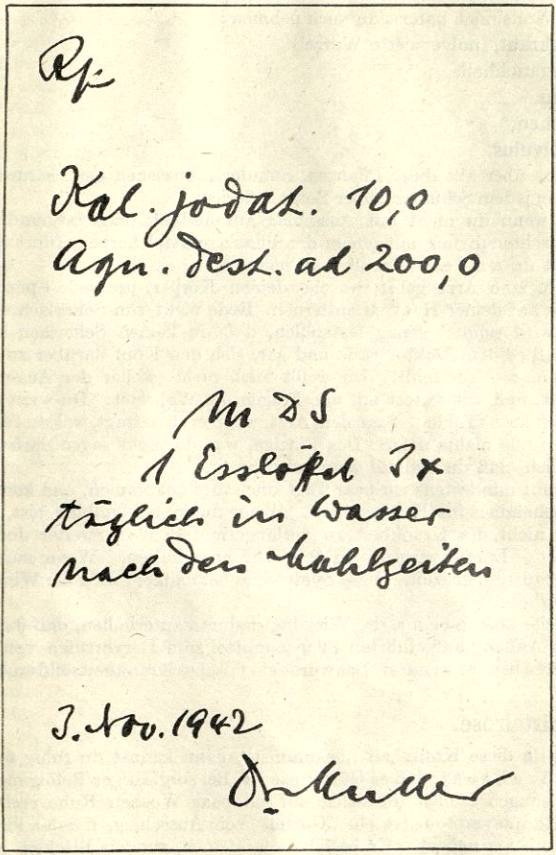


Abbildung 10. Jodkalirezept.

Kopfzerbrechen machen wird, und dir bestimmt eine Zeitlang Ruhe verschafft.

Statt Wolfsmilch kannst du auch nehmen:

Seifenkraut, (pulverisierte Wurzel)
Ackergauchheil, „ „
Krokus, „ „
Cyclamen, „ „
Convolvulus, „ „

Näheres über alle diese Pflanzen, Standort, Aussehen usw. kannst du leicht in jedem Schulbuch über Botanik finden.

Auch wenn du nicht mit Ausschlag auf Jodkali reagierst, und den gewünschten Erfolg mit einem der Pflanzenmittel herbeigeführt hast, solltest du a u ß e r d e m Jodkali nehmen.

Ehe du zum Arzt gehst, wasche deinen Körper, um jede Spur von Pulver auf deiner Haut zu entfernen. Rede nicht von Scharlach. Der Arzt wird schnell genug feststellen, daß du keinen Scharlach hast. Überlaß es dem Doktor ganz und gar, sich den Kopf darüber zu zerbrechen, was dir fehlt. Du weißt auch nicht, woher der Ausschlag kommt, und antwortest auf alle Fragen die Wahrheit. Du wirst dich wirklich krank fühlen. Sage dem Arzt, wenn er dich fragt, was du fühlst, und erfinde nichts dazu. Das Einzige, was du nicht sagen darfst, ist natürlich, daß du Jodkali genommen hast.

Du mußt mindestens ein paar Tage dienstfrei bekommen, und kommst wahrscheinlich ins Krankenhaus. Wenn du in Behandlung bist, versuche nicht, die Krankheit zu verlängern, indem du weiter Jodkali nimmst. Damit würdest du totsicher hereinfallen. Wenn mehrere Kameraden gleichzeitig diese Symptome bekommen, wird die Wirkung noch erhöht.

Versuche aber n i c h t, die Wirkung dadurch zu erhöhen, daß du eins der im Anhang aufgeführten Pflanzenmittel zum Hervorrufen von Geschwüren usw. anwendest. Das würde ein falsches Krankheitsbild ergeben.

5. Gürtelrose.

Wenn du diese Krankheit „bekommst", dann kannst du ruhig sagen, d u f ü r c h t e s t, daß es Gürtelrose ist. Bei sorgfältiger Befolgung der Anweisungen kannst du sicher auf ein paar Wochen Ruhe rechnen.

Das Hauptsymptom ist ein „Gürtel" von Ausschlag, der h a l b um den Leib herumgeht. Er besteht aus kleinen, runden Flecken, jeder etwa ½ cm im Durchmesser. Die Flecken sitzen zusammen in Gruppen von 6 — 10, der ganze Gürtel ist etwa 5 cm breit.

Der „Gürtel" kann an verschiedenen Körperstellen auftreten. Sieh dir die Abbildungen 11a — 11c auf Seite 56 — 57 genau an. Die Hauptlinie der

verschiedenen Gruppen von Ausschlag folgt immer dem Verlauf der Rippen oder ähnlichen Linien weiter unten. Der „Gürtel" ist also stets mehr oder weniger wagerecht, und verläuft nie von oben nach unten.
Die einzelnen Gruppen sind nie rund, sondern immer länglich. Wenn der Ausschlag nicht als ununterbrochenes „Band", sondern in Gruppen erscheint, tritt er meist an drei Stellen (oder an zwei von den folgenden drei Stellen) auf:

1.) Genau neben dem Brustknochen, da wo man gerade die Rippen anfängt zu fühlen. 2.) An der Flanke, genau mitten unter der Achselhöhle. 3.) Am Rücken, genau auf dem großen Muskel der am Rückgrat entlang läuft.
Achtung! Der „Gürtel" läuft so gut wie nie um den ganzen Körper herum, immer nur halb um die eine Seite!

Die Form der einzelnen Pusteln und Blasen ist unregelmäßig, sie sind von verschiedener Größe, aber niemals größer als etwa 1 cm im Durchmesser.
Suche dir also eine der Abbildungen 11a — 11c heraus und halte dich genau daran. Es ist unbedingt wichtig, daß die Flecken genau an den angegebenen Stellen auftreten, und nirgendwo anders.
Wie man Ausschlag hervorruft, findest du genau angegeben im Anhang auf Seite 64—69. Am besten markierst du dir vorher die Stellen, wo der Ausschlag hin soll mit Augenbrauenstift, Lippenstift oder mit irgend etwas anderem, was leicht abgewaschen werden kann.
Wenn nach deiner Behandlung mit einer der aufgeführten Pflanzen der Ausschlag gut herauskommt, kannst du zum Arzt gehen. Beseitige aber sorgfältig jede Spur von dem Stift, mit dem du dir die Stellen angezeichnet hast, und jede Spur von dem Pflaster (mit Spiritus oder Benzin).
Erzähle dem Arzt dann ganz genau, was du beobachtet hast, daß etwa vorgestern die Haut gerötet war, und gestern anfing zu schwellen, und daß heute die Blasen erschienen sind. Du fühlst dich krank, fieberisch. Im Übrigen sage die Wahrheit, und vergiß nie, daß du einen guten, arbeitswilligen Eindruck machen mußt.
Der Arzt wird dich aus dem Betrieb herausnehmen müssen. Natürlich nicht aus allgemeiner Menschenfreundlichkeit, aber weil er befürchten wird, daß du die ganze Belegschaft anstecken könntest. Die wirkliche Gürtelrose verbreitet sich nämlich sehr rasch. Du wirst also behandelt werden und mindestens zwei, drei Wochen Ruhe bekommen.

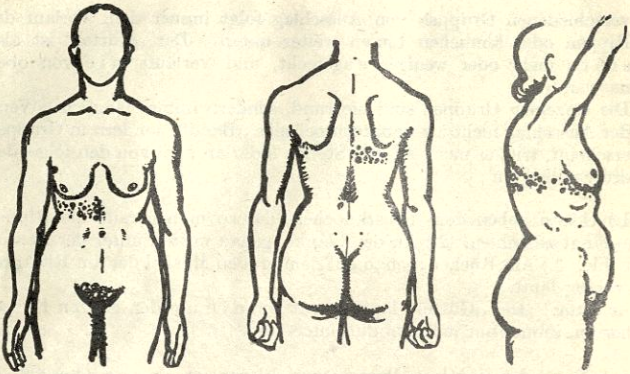


Abbildung 11a.

Gürtelrose. Der „Gürtel" ist hier nicht zusammenhängend, sondern besteht aus drei Gruppen. Er geht, wie immer, nur um eine Hälfte des Körpers herum.

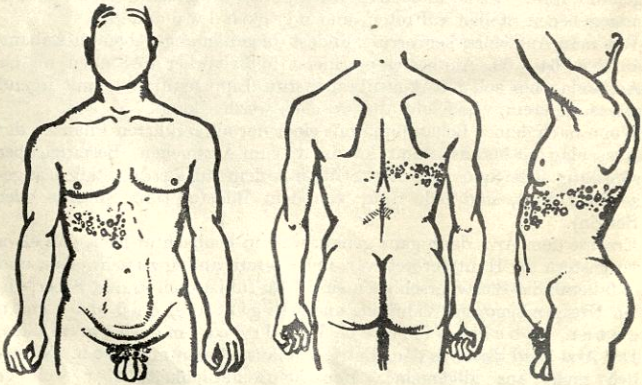


Abbildung 11b.

Gürtelrose. Dieselbe Art „Gürtel" wie in Abbildung 11a. In diesem Fall bildet er aber ein unregelmäßiges, zusammenhängendes Band. (Die Symptome sind die gleichen bei Männern und Frauen.)

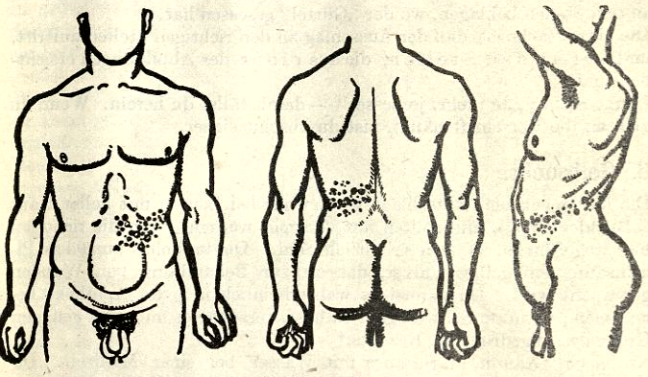


Abbildung 11c.

Gürtelrose. Ein anderes Beispiel dafür wie der „Gürtel" aussehen kann. Er ist hier zusammenhängend und sitzt weiter unten.

Noch ein paar Wochen, nachdem der Ausschlag verschwunden ist, solltest du über einen brennenden Schmerz an den Stellen klagen, wo der „Gürtel" gewesen ist. Ältere Leute, um die fünfzig herum und älter, können sich noch jahrelang weiter über diese Schmerzen beklagen. Tatsächlich gibt es viele Fälle, wo ältere Leute, die wirklich diese Krankheit durchgemacht haben, völlig arbeitsunfähig werden für den Rest ihres Lebens. Der Schmerz ist an sich nicht sehr schlimm, übertreibe also nicht. Aber es ist ein dauernder, ekelhafter, kleiner Schmerz, der schließlich das Leben zur Last macht und dich zermürbt.* Nachdem die Blasen aufgegangen sind, heilt der Ausschlag besonders bei älteren Leuten nur langsam ab. Bei künstlicher „Gürtelrose" kann dieser Heilungsprozeß hinausgezögert werden, indem du nachts ein in starke Kochsalzlösung getränktes Tuch auf die Stellen legst. Hinterher müssen die Stellen aber g u t a b g e w a s c h e n werden, weil sonst getrocknetes Salz sichtbar sein würde. Setze die „Salzwasserbehandlung" aber nicht länger als höchstens 14 Tage nach dem ersten Auftreten des Ausschlags fort, sonst wird der Arzt mißtrauisch. Falls du schon einmal Neuralgie (Nervenschmerzen) gehabt hast —

*Natürlich wirst du diesen Schmerz nicht wirklich haben, nachdem dein Ausschlag abgeheilt ist.

aber nur dann — kannst du dich außerdem über ähnliche Schmerzen an den Stellen beklagen, wo der „Gürtel" gesessen hat.
Die Hauptsache ist, daß der Ausschlag an den richtigen Stellen auftritt, und nur an den Stellen, die aus einer der Abbildungen ersichtlich sind.
Denke nicht: „Je mehr, je besser" — damit fällst du herein. Wenn du dich an die Vorschrift hältst, bist du absolut sicher.

6. Gelbsucht.

Die hier gegebenen Ratschläge wirken nur bei Leuten mit heller Haut („Blonder Typ"), und sollten nur versucht werden, wenn die richtigen hier angeführten Drogen erhältlich sind. Du brauchst zunächst Pikrinsäure, ein gelbes Pulver, das oft zur Behandlung von Wunden gebraucht wird. Du kannst es wahrscheinlich in jeder Apotheke bekommen; wenn du Schwierigkeiten hast, versuche es mit einer genauen Kopie des abgedruckten Rezepts.*
Nimm ein Gramm Pikrinsäure mit Wasser bei einer Mahlzeit. Du mußt das gelbe Pulver aber in Gelatine wickeln und das Päckchen ganz schlucken, wie eine Pille. Sonst färbt es deinen Gaumen gelb, und das würde den Arzt mißtrauisch machen.
Die Wirkung wird außerordentlich verstärkt, wenn du außerdem das folgende Mittel anwendest:
Du sammelst einige **Fingerhutblätter.** Verscheidene Spielarten dieser Pflanze wachsen wild in allen Ländern Westeuropas, als Gartengewächs ist sie über ganz Europa verbreitet. (S. Abb. 12). Die glockenförmige Blüte kann verschiedene Farben zeigen, bei den meisten Arten rot oder rötlich braun, immer mit weißen oder hellen Flecken. Die für Arzeneizwecke geeigneten Blätter müssen von **frischen, blühenden Pflanzen** genommen und getrocknet werden. Der darin entl altene Stoff „Digitalin" wird in der Heilkunde zur Verlangsamung des Pulsschlages verwendet.

Abbildung 12. **Fingerhut.** (Digitalis L.) Wächst wild in allen Ländern Westeuropas, als Gartenpflanze über ganz Europa verbreitet. Die Blüten zeigen bei den verschiedenen Arten verschiedene Färbung, der Arzeneiwert der Blätter ist bei allen Arten derselbe.

*Siehe Abbildung 13 auf Seite 60 sowie Anhang. Von der im Rezept verschriebenen Lösung nimm 20 ccm. (1 Eßlöffel = 9 ccm, 1 Teelöffel = 3 ccm.)

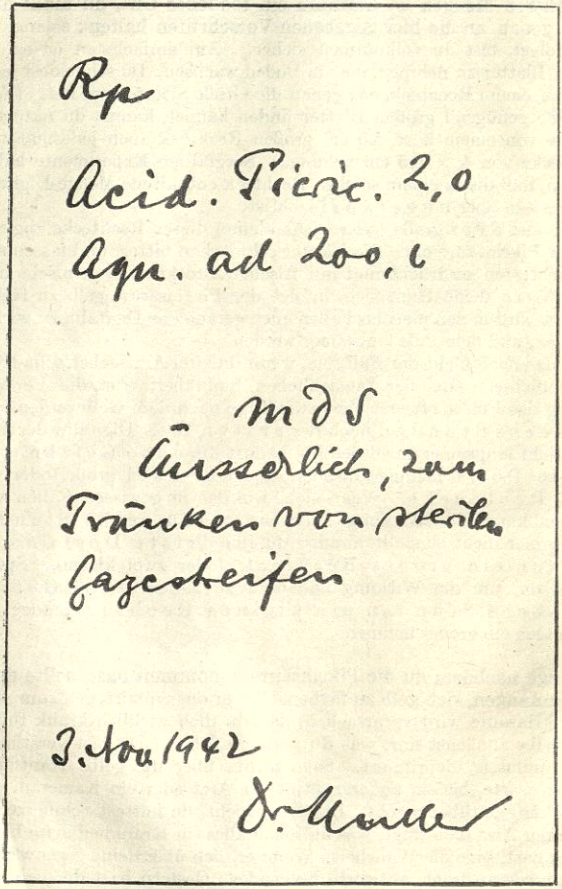
In größeren Mengen ist Digitalin ein tödliches Gift, du mußt dich daher genau an die hier gegebenen Vorschriften halten; solange du sie befolgst, bist du volkommen sicher. Am einfachsten ist es, die großen Blätter zu nehmen, die am Boden wachsen. Du schneidest jedes Blatt zu einem Rechteck, das genau die Größe 8 × 5,5 cm hat. (Falls du keine genügend großen Blätter finden kannst, kannst du natürlich anstelle von einem 8 × 5,5 cm großen Reckteck auch jedesmal zwei Rechtecke von 4 × 5,5 cm nehmen.) Sorgfältige Experimente haben ergeben, daß die in einem solchen Rechteck enthaltene Menge Digitalin wirksam aber ungefährlich ist.

Du nimmst drei große (oder sechs kleine) dieser Rechtecke zugleich mit der Pikrinsäure ein. Die Blätter schmecken bitter, und lassen sich am leichtesten zerdrückt und mit frischen Brotkrumen gemischt nehmen. Wenn deine Haut sich, infolge der Pikrinsäure, gelb zu färben beginnt, wird in den meisten Fällen auch gerade das Digitalin zu wirken beginnen, und dein Puls langsamer werden.

Sollte das noch nicht der Fall sein, wenn du zum Arzt gehst, schadet es weiter nichts. (Bei der tatsächlichen Krankheit tritt die Verlangsamung des Pulses oft erst ein-, zwei Tage nach dem Gelbwerden ein.) Falls sechs Stunden nach der ersten Dosis Digitalin der Puls noch nicht langsamer geworden ist, kannst du ohne Gefahr eine zweite Dosis nehmen, diesmal aber nur zwei große (oder vier kleine) Rechtecke. Wenn sich, wie das in gewissen Fällen vorkommen kann, die Wirkung nach weiteren sechs Stunden noch immer nicht einstellt, nimmst du eine dritte Dosis diesmal aber nur ein großes Rechteck (oder zwei kleine). Später kannst du, um die Wirkung andauern zu lassen, ohne Gefahr alle sechs Stunden ein kleines Rechteck, oder alle 12 Stunden ein großes nehmen.

Am Tage nachdem du die Pikrinsäure genommen hast, sollte deine Haut anfangen, sich gelb zu färben. Wenn das eintritt, geh zum Arzt. Die Pikrinsäure wird verursachen, daß du dich wirklich krank fühlst. Beschreibe zunächst nur, was du wirklich fühlst: Du bist verstimmt, müde, unlustig, deprimiert. Sage nichts über die gelbe Hautfarbe, sondern warte, bis ein anderer, etwa der Arzt oder ein Kamerad, eine Bemerkung darüber macht. Behaupte nicht, du hättest Schmerzen.

Wenn der Arzt dich fragt, was du schon alles für Krankheiten im Leben gehabt hast, sage die Wahrheit. Wenn er dich über deine gegenwärtige Beschwerde ausfragt, antworte Folgendes: Gestern hast du dich heiß gefühlt, deine Haut war so komisch trocken, und hat gebrannt. Du hast Kopfschmerzen gehabt, und das Licht hat deinen Augen weh


Rp

Acid. Picric. 2,0

Aqu. ad 200,0

m d S

Äusserlich, zum

Tränken von sterilen

Gazestreifen

3. Nov. 1942

Dr. Müller

Abbildung 13. Pikrinsäurerezept.

getan, du konntest deshalb z.B. nicht gut lesen. Du fühlst dich heute nicht so, als ob du Fieber hättest, aber deine Haut juckt ein bißchen. Solange deine Haut gelb bleibt, beschwerst du dich weiter über das Jucken. Die Färbung kann aufrechterhalten werden, indem du alle paar Tage dieselbe Dosis Pikrinsäure einnimmst.

Wenn der Doktor an dir herumdrückt, bei der Untersuchung, behaupte nicht, daß es weh tut, außer, wenn dir der Doktor wirklich weh tun sollte, und dann übertreibe nicht den Schmerz, den du wirklich fühlst. Du darfst aber nicht anfangen, von Gelbsucht zu reden.

Die Folge wird sein, daß dich der Arzt vom Dienst befreit und dich höchstwahrscheinlich ins Krankenhaus schickt. Dort kannst du wenigstens 2–3 Wochen bleiben, wenn du dafür sorgst (durch weitere Dosen von Pikrinsäure), daß deine Haut gelb bleibt. Übertreibe aber nicht, und ziehe die Sache nicht länger als höchstens drei Wochen hin, da die tatsächliche Krankheit unter Behandlung nicht länger dauern kann. Wenn die Haut wieder normal aussieht, wird man dich wahrscheinlich noch etwa eine Woche im Krankenhaus lassen.

Falls der Arzt fragt, ob du mit irgend jemandem in Berührung gewesen bist, der die Gelbsucht hatte, antworte die Wahrheit. D.h., wenn du zufällig mit jemandem zusammengewesen bist, der an Gelbsucht litt, kannst du das erzählen, aber nur, wenn das Zusammensein ungefähr vier Wochen her ist. Gelbsucht braucht ungefähr so lange, ehe sie sichtbar wird. Wenn tatsächlich niemand unter deinen Bekannten Gelbsucht hatte, sage, daß du nichts darüber weißt.

Achtung! Falls mehrere Kameraden gleichzeitig „die Gelbsucht kriegen", sollten sie nicht alle am selben Tage „krank werden", sondern die Erkrankungsfälle über ein paar Tage oder Wochen verteilen!

Besonders, wenn du in einer Granatenfüllerei oder einem ähnlichen Betrieb arbeitest (s. Seite 48 unter „Trotylvergiftung"), ist diese Krankheit völlig sicher. Kein Arzt wird dich hereinlegen. Für andere Patienten besteht eine, wenn auch sehr geringe Gefahr: Der Arzt kann tatsächlich mit Hilfe einer komplizierten und zeitraubenden Untersuchung feststellen, daß deine Art von Gelbsucht auf eine, sagen wir, nicht ganz natürliche Weise entstanden ist.

Aber welcher Arzt hat heute schon Zeit und Lust zu so einer Untersuchung. Dazu sind die Ärzte heute viel zu überarbeitet. Und in jedem Fall würde man so eine Untersuchung ja auch nur anstellen, wenn man schon mißtrauisch geworden ist. Und das kannst du verhindern, indem du nie die wichtigste Grundregel vergißt:

Du mußt einen dienstfreudigen, arbeitswilligen

Eindruck auf den Arzt machen. Dann wird er nicht mißtrauisch.

7. Geschwür am Bein.

Wenn man die dicken Wälzer durchliest, die von Ärzten über „Simulation" (Vortäuschung von Krankheiten) geschrieben worden sind, dann findet man eine erstaunlich große Anzahl von Fällen, wo sich der Patient ein Geschwür beigebracht hat. Natürlich kommen nur solche Fälle in die Bücher, bei denen der Arzt herausgefunden hat, daß der Patient sich das Geschwür selbst beigebracht hat.

Die Fälle, in denen der Arzt das nicht herausfindet, werden nicht weiter bekannt. Der erfolgreiche Simulant ist eben ein „armer, bedauernswerter Kranker", der Behandlung, Ruhe, Urlaub und leichtere Arbeit braucht — und auch bekommt.

Die vielen Fälle von Geschwüren, die man in den Büchern über Simulation findet, haben meist einen bestimmten Fehler gemacht: Sie haben ein Geschwür hervorgerufen, wo nach der Kenntnis des Doktors kein Geschwür sein kann. **Du hast solche Fehler nicht nötig.**

Es gibt eine Form von Geschwür, die besonders bei älteren Leuten mit Krampfadern auftritt, die aber heutzutage, infolge der „Kriegsermüdung" auch unter jüngeren Leuten verbreitet ist. Du kannst leicht so ein Geschwür bekommen. Es wird dir längere Zeit Ruhe verschaffen und unmöglich machen, daß du schwere Arbeit oder Arbeit im Stehen verrichtest.

Du darfst aber nur ein Geschwür haben, und es muß an der richtigen Stelle sitzen, nämlich irgendwo an der unteren Hälfte des Unterschenkels.

Dort bringst du zunächst mit Hilfe eines der später angegebenen Pflanzenmittel eine wunde Stelle an. Wie das gemacht wird, siehst du unter „Ausschlag auf der Stirn", Seite 50 und im Anhang, Seiten 64—69. Du kannst die kleine Wunde auch verursachen, indem du dich mit einer Zigarette oder einem heißen Eisen verbrennst — das ist in diesem besonderen Fall zulässig. Auf die frische Wunde streichst du ein bißchen gewöhnlichen Senf. Dadurch wird verhindert, daß die Wunde heilt, und es entwickelt sich nach und nach ein kleines Geschwür. Setze die Behandlung ein paar Tage lang fort, und streiche wieder Senf auf die Stelle, wenn es so aussieht, als ob der Schaden heilen will.

Wenn du dann zum Arzt gehst, gib an, du hättest dich gestoßen und

einen blauen Flecken gehabt (etwa eine Woche bevor du mit deiner Behandlung angefangen hast).
Im übrigen sage die reine Wahrheit: Wann und wie das Geschwür angefangen hat, sich zu bilden, ob es geschmerzt hat usw.
Erfinde nichts dazu.
Falls der Arzt deine Beschwerde nicht ernst nehmen sollte — und Ärzte heutzutage sind glatt imstande dazu — setze die Behandlung mit Senf fort. Achte aber immer darauf, daß keine Spur von Senf in der Wunde sichtbar bleibt, wenn du zum Arzt gehst. Früher oder später muß der Arzt dich richtig behandeln. Die Hauptsache bei der ärztlichen Behandlung ist, daß du nicht stehen darfst. Du mußt liegen, oder mindestens das betroffene Bein hochlegen.

Sobald du ins Krankenhaus kommst, oder eine Arbeit zugewiesen bekommst, bei der du bequem sitzen und das Bein hochlegen kannst, höre mit der Behandlung auf.
Das Geschwür wird dann mit der Zeit abheilen. Sobald du wieder stehen mußt, kannst du ein neues Geschwür entwickeln.

Manche Leute haben eine sehr empfindliche Haut, und können statt Senf eine Salzkompresse anwenden. Solange keine Spur von Salz oder Senf in der offenen Stelle sichtbar ist, bist du vollkommen sicher. Sogar wenn ein sehr mißtrauischer Arzt dich in einem gewissen Verdacht haben sollte — er kann dir mit keiner Untersuchungsmethode der Welt irgend etwas nachweisen.

Alle in diesem Kapitel beschriebenen Krankheiten:

Trotylvergiftung, (*Seite* 48)
Ausschlag auf der Stirn, (*Seite* 50)
Körperausschlag, (*Seite* 52)
Gürtelrose, (*Seite* 54)
Gelbsucht, (*Seite* 58)
Geschwür am Bein, (*Seite* 62)

sind** besonders geeignet für **Arbeiter** in der chemischen Industrie oder in Munitionsfabriken. Mit Ausnahme von Trotylvergiftung sind aber alle diese Krankheiten ebenso nützlich und glaubhaft für alle Arbeiter und **für alle Wehrmachtangehörigen.

ANHANG.

Praktischer Ratgeber.

Wie ruft man Ausschlag hervor?

Symptome auf der Haut kommen gewöhnlich von einer inneren Vergiftung. Man kann genau dieselben Erscheinungen hervorrufen, wenn man ungefährliche Pflanzengifte äußerlich auf der Haut anwendet.

Im Folgenden geben wir eine Liste von geeigneten Pflanzen. Die Liste ist deshalb so lang, weil man erstens nicht immer gerade diese oder jene Pflanze finden kann, und zweitens weil alle Menschen auf Pflanzengifte verschieden reagieren. Der einzige Weg, wie du herausfinden kannst, was die geeignetste Pflanze für dich ist, besteht darin, daß du herumexperimentierst. Vielleicht klappt's beim ersten Versuch, vielleicht brauchst du ein bißchen Geduld.

Eine der angeführten Pflanzen muß wirken. Den Versuch machst du so:

Du nimmst, was immer hier angegeben steht (Blätter, Stengel, Wurzel oder Samen) von einer der Pflanzen und reibst ein bißchen davon kräftig in deine Haut ein. Mach den Versuch nur auf einer kleinen Stelle, etwa pfenniggroß.

Falls du besonders empfindlich bist gegen das betreffende Gift, dann wird sich die Haut sofort röten, und vielleicht zu brennen oder zu jucken anfangen. Es gibt Leute, die so empfindlich gegen bestimmte Stoffe sind, daß sich schon bei dieser Behandlung Blasen bilden.

Falls sich kein Erfolg zeigt, gib nicht gleich auf. Nimm etwas von demselben Zeug, das du in die Haut gerieben hast, und lege es auf die Haut. Dann bedeckst du die Stelle mit Heftpflaster oder Leukoplast, und läßt es über Nacht drauf.

Falls das immer noch keinen Erfolg hat, d.h., wenn sich die Haut am anderen Morgen nicht gerötet, entzündet oder abgehoben hat, dann mach am Abend einen neuen Versuch, und zwar wie folgt:

Mit einer dünnen, spitzen Nadel stichst du leicht in die Haut, viele, leichte Stiche, eng zusammen, auf einer Stelle, die nicht größer sein soll, als etwa der Kopf einer Reißzwecke. Dabei sollte kein Blut kommen, wenn doch ein bißchen kommt, schadet es nichts. Der Einstich ist so klein, daß der Arzt ihn nicht sehen kann, auch wenn Blut gekommen ist. (Das Blut muß natürlich abgewaschen werden.)

Auf die so vorbereitete Stelle legst du den betreffenden Pflanzenteil,

bedeckst ihn mit Pflaster, und wartest ab, was geschieht. Falls am Morgen wieder keine Entzündung oder Blase zu sehen ist, dann bist du eben gegen das Gift in der betreffenden Pflanze immun, d.h., es hat bei dir keine Wirkung, und du mußt es mit einer anderen der angeführten Pflanzen versuchen.

Besondere Warnung !

Was wir eben beschrieben haben, war nur ein Experiment, um herauszufinden, welche Pflanze für dich geeignet ist. Die Spuren von diesem Experiment darf der Arzt nicht finden.
Warte also, bis die hervorgerufene Entzündung, Blase oder dergl. abgeheilt ist, oder verdecke die Spuren durch eine andere Verletzung. (Du kannst dich z.B. an der Stelle „zufällig" etwas verbrennen. Falls der Arzt dann die Stelle sieht, und fragt, woher die Verletzung kommt, antworte : „Ach, das ist ganz was anderes, da hab ich mich verbrannt, neulich.") Auf jeden Fall mußt du eine natürliche Erklärung für diese Verletzung haben. Sage auf keinen Fall, du wüßtest nicht, woher sie kommt.

Praktische Anwendung.

Wenn du dann die geeignetste Pflanze herausgefunden hast, kannst du daran gehen, den „vorschriftsmäßigen" Ausschlag für die Krankheit zu produzieren, die du dir ausgesucht hast.
Die einfachste Anwendungsart kennst du schon von deinen Experimenten her : Wo der Ausschlag (Pustel, Blase) erscheinen soll, machst du viele, kleine Nadelstiche in die Haut, dicht beieinander, und reibst die Stelle kräftig mit der frischen Pflanze. (Mit Blättern, Stengeln, Wurzeln oder Samen — darüber findest du näheres bei der Beschreibung der einzelnen Pflanzen.)
Dann legst du auf die Stelle ein Stück zerquetschte Pflanze, genau in der Größe, in der du die Blase oder Pustel haben willst, und darüber ein kleines Stück Papier (am besten Butterbrotpapier), das etwas größer sein muß, als das Stückchen Pflanze. Das ganze bedeckst du dann mit Pflaster. (Leukoplast oder Heftpflaster.)
Das Pflaster hat den Zweck, Verdunstung des Pflanzsafts zu verhindern, das Papier soll verhindern, daß die Haut der entstandenen Blase am Pflaster hängen bleibt. Wenn sonst beim Entfernen des Pflasters die Blase aufgerissen wird, sieht das nicht natürlich aus. (Es schadet aber nichts, wenn es mal bei ein oder zwei Blasen doch aus Versehen passiert).
Anstelle von Papier und Pflaster kannst du auch auf das Stück Pflanze

eine kleine, dünne Scheibe fetten Speck legen, und dann das ganze mit einer gewöhnlichen Mullbinde zubinden. Das hat den Vorteil, daß du hinterher nicht die Spuren von dem Pflaster zu beseitigen brauchst; manchmal ist es auch schwierig, genug Pflaster zu bekommen, besonders wenn größere Flächen behandelt werden.

Eine andere Anwendungsart, die besonders zu empfehlen ist, wenn du keine frischen Pflanzen zur Verfügung hast, ist folgende:

Du stopfst eine kleine Flasche voll mit der klein geschnittenen Pflanze, und füllst dann reinen Speiseessig auf. Die Flasche wird zugekorkt und mindestens 2 Tage lang stehen gelassen.

Du kannst die getrocknete oder nicht mehr ganz frische Pflanze auch mit wenig Wasser aufkochen, und dann ebenso in einem verschlossenen Gefäß stehen lassen.

In diesem Fall tränkst du kleine Wattekugeln mit der Flüssigkeit, und legst diese auf die Haut (natürlich ebenfalls mit Speck oder mit Papier und Pflaster bedeckt). Achte darauf, daß die Wattekugeln nicht zu naß sind. Sonst läuft der Saft über die Haut, und du könntest Blasen oder Ausschlag kriegen, wo der Saft entlang gelaufen ist, d.h., in einer Form, die für deinen Zweck ungeeignet ist.

Nützliche Pflanzen.

Die hier aufgeführten und abgebildeten Pflanzen findest du leicht überall in Europa. Sie sind mehr oder weniger wirkungsvoll in den verschiedenen Jahreszeiten, und die verschiedenen Menschen reagieren

Abbildung 14.

Wolfsmilch (*Euphorbia cypressias*). Manchmal bis ½ m hoch. Blätter nadel-artig, bläulich-grün, glanzlos. Blüten gelblich-grün. Scharfer, weißer Milchsaft. Wächst unter Hecken, in Gräben, auf Schutthalden usw.

Der wirksame Stoff findet sich in allen Teilen der Pflanze. Die Samen, getrocknet und fein gemahlen, rufen Körperausschlag hervor, (s.d., Seite 52).

mehr oder weniger stark auf die in ihnen enthaltenen Stoffe. Laß dich also nicht entmutigen, wenn der erste Versuch fehlschlägt. Für jeden Menschen gibt es mindestens einen Pflanzenstoff, der bei ihm ohne jede Schwierigkeit die gewünschten Erscheinungen hervorruft — und die kleine Mühe lohnt sich.

Bei genauem Studium dieser Anweisungen wirst du leicht herausfinden, worauf es ankommt, und wirst die richtige Pflanze und die am besten geeignete Krankheit auswählen können. Laß dich aber noch einmal warnen: Wenn du dir eine Krankheit ausgesucht hast, bleibe unter allen Umständen dabei, und versuche nichts zu verbessern, was du hier angegeben findest. Dann, und nur dann bist du sicher, daß dir nichts passieren kann.

Abbildung 15.

Seidelbast (*Daphne mezereum*). Kleiner, bis 1½ m hoher Strauch. Äste graubraun. Blätter hellgrün. Blüten vor den Blättern erscheinend, rot, rötlichviolett, seltener weiß, wohlriechend. Beeren erst grün, reif scharlachrot. Wächst in Wäldern.

Der wirksame Stoff findet sich in Blättern, Stengeln, Rinde und Bee

Abbildung 16.

Scharfer Hahnenfuß (*Ranunculus acer*). Bis 1 m hoch. Stengel aufrecht, rund, dünn, hohl, glatt. Äste zuweilen behaart. Blätter dunkelgrün. Blüten 5-blättrig, gelb. Früchte linsenförmig, alleinstehend, mit kurzem Hakenschnabel. Wächst an schattigen, feuchten Orten.

Der wirksame Stoff findet sich in allen Teilen der Pflanze.

Abbildung 17.

Giftahnenfuß (*Ranunculus sceleratus*). Wie Scharfer Hahnenfuß. Beachte die verschiedene Form der Blätter. Blüten sehr klein, gelblich-grün. Wächst im Schatten, in Sümpfen, am Wasser.

Der wirksame Stoff findet sich in allen Teilen der Pflanze.

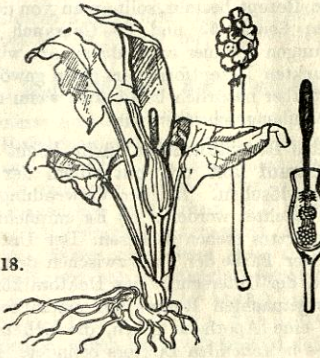


Abbildung 18.

Aronstab (*Arum maculatum*). Kurzer, knolliger, weißer Wurzelstock. Manchmal bis 1 m hoher Stengel, aufrecht, rund, dünn, hohl. Äste manchmal behaart. Blätter dunkelgrün. Der dunkelbraune Kolben ragt aus einer hellgrünen Blattscheide heraus. Die Früchte sind lebhaft-rote Beeren. Wächst an Waldrändern, bei Hecken, in Gräben, auf Böschungen, im Schatten.

Der wirksame Stoff findet sich in allen Teilen der Pflanze, besonders aber speichert die Wurzel ihn gegen Ende des Jahres auf. Wurzeln von im Herbst gepflücktem Aronstab behalten monatelang ihre Wirksamkeit, wenn man sie in feuchtem Sand aufhebt. Aronstab eignet sich besonders zur Verwendung in Essig, (s. Seite 50 und 66).

Einkauf von Arzeneimitteln.

Die wenigen, hier angeführten Arzeneimittel, die du nicht selbst aus Pflanzen herstellen kannst, sind im allgemeinen ohne ärztliches Rezept in jeder Apotheke zu haben. Es wird an sich keinen Verdacht erregen, wenn jemand nach ihnen fragt, aber es empfiehlt sich trotzdem, den Einkauf nicht gerade in der Nachbarschaft vorzunehmen.

Manche Apotheker haben die Angewohnheit, sich wichtig zu machen und zu fragen, für welchen Zweck der Käufer denn die betreffende Droge haben will. Die Antwort darauf ist einfach: Du weißt es selber nicht, denn du hast nur den Auftrag, das betreffende Zeug für einen Freund zu kaufen.

Es muß noch einmal betont werden, daß die in diesem Heft angeführten Drogen auch für völlig harmlose Zwecke gebraucht werden können

Man sollte daher stets versuchen, sie ohne ärztliches Rezept zu kaufen. Nur wenn ein ganz besonders wichtigtuerischer Apotheker auf einem Rezept besteht, sollte man von den Abbildungen 10 und 13 auf den Seiten 53 und 60 Gebrauch machen. Für harmlose Verschreibungen der hier angeführten Art wird der Arzt oft statt seines vorgedruckten Rezeptformulars einen gewöhnlichen Zettel verwenden. Es sieht aber natürlich besser aus, wenn die Verordnung auf ein richtiges Formular geschrieben wird.

Ein altes, ausgefülltes Rezeptformular dürfte leicht zu beschaffen sein. Die Schrift darauf läßt sich mit einem der weiter unten angeführten Mittel auslöschen. Bei der Verwendung alter Rezepte sollten zwei Punkte beachtet werden: 1.) Es empfiehlt sich nicht, die Unterschrift des Arztes stehen zu lassen. Der Unterschied in der Handschrift und in der Farbe der Tinte zwischen dem, was du selbst geschrieben hast, und der Unterschrift des Doktors könnte auffallen. 2.) Mit einem selbstgemachten Rezept auf einem echten Formular sollte man nicht in eine Apotheke gehen, die sich in der Nähe der Wohnung des betreffenden Doktors befindet. Der Apotheker könnte die Handschrift zu gut kennen. Man darf natürlich nicht versuchen, Tintenschrift mit einem Gummi oder mit dem Messer auszuradieren. Das hinterläßt immer Spuren. Tintenschrift kann spurlos mit einem der folgenden Mittel ausgelöscht werden, wobei zu beachten ist, daß man natürlich zuerst sorgfältig auf einem anderen Blatt Papier ausprobieren muß, ob die Mischung richtig ist.

Verschiedene Mittel zum Auslöschen von Tintenschrift.

1.) **Oxalsäure** (auch Kleesäure genannt) wird mit etwas Wasser vermischt mit einem feinen Pinsel aufgetragen und dann abgewaschen. Damit sich dabei das Papier nicht wirft, sollte das ganze Formular gleichmäßig feucht gemacht und in diesem Zustand gepreßt werden, bis es trocken ist.

2.) **Eine Mischung von gleichen Teilen Kochsalz, Kohlensaurem Zinkoxyd und Alaunstein** wird eine halbe Stunde lang in einem tadellos sauberen Gefäß in Weißwein gekocht. Anwendung wie unter 1.

3.) **Gleiche Teile Salpeter und Schwefelsäure** werden unter Hitze aufgelöst und wie unter 1. angewendet.

4.) **Jede beliebige Lauge** (auch Base genannt), **wie Pottasche, wird mit fein pulverisiertem Schwefel gemischt.** Die Mischung füllt man in ein Säckchen aus sehr feiner Leinwand, mit dem man dann die Schrift reibt, bis sie verschwindet.

5.) **Eine Mischung von einem Teil Zinn-Chlorür und zwei Teilen Wasser** wird angewendet wie unter 1.

6.) **Unterchlorsaures Natron und Chlor zu gleichen Teilen** gemischt mit der doppelten Menge Wasser und angewendet wie oben.

Reproduktion von Stempeln.

Es gibt zwar immer noch eine Reihe von anständigen Ärzten, denen das Wohl ihrer Patienten näher liegt als die Erfordernisse der sinnlosen, totalen Antreiberei. Solche Ärzte kann man aber nur mit Vorsicht herausfinden, und falls man keinen vertrauenswürdigen Arzt kennt, dann kann es gelegentlich vorkommen, daß man auf einem Rezept, einer ärztlichen Bescheinigung oder sonst einem Dokument einen Stempel braucht. Wenn man einen Abdruck des gewünschten Stempels zur Verfügung hat, ist es nicht besonders schwer, ihn auf ein anderes Papier zu übertragen. Je frischer der Abdruck ist, desto leichter gelingt die Übertragung, aber auch ältere Abdrucke geben bei etwas Geduld gute Resultate.

Die einfachste Methode ist die folgende:

Du schneidest eine rohe Kartoffel von der passenden Größe in der Mitte durch, und zwar mit einem ganz glatten Schnitt. Damit die Schnittfläche nicht zu feucht ist, wischst du sie leicht mit dem Handballen ab. Dann drückst du die Kartoffel mit der Schnittfläche fest auf den Stempel, den du kopieren willst, und läßt sie für ein paar Sekunden darauf — je älter der Stempel, je länger.

Wenn du die Kartoffel dann abhebst, stizt der Stempel auf der Schnittfläche. (Keine Angst, vom Dokument verschwindet er dadurch nicht!) Die Kartoffel ist jetzt sozusagen dein Stempel geworden, mit dem du nun dein neues Dokument stempeln kannst.

Für die Übertragung von kleinen, runden Stempeln kannst du auch sehr gut ein hartgekochtes Ei nehmen. Das wird einfach abgeschält, und, wie es ist, auf den Originalstempel gedrückt. Danach kann man es genau so als Stempel benutzen wie die halbe Kartoffel.

Übrigens noch ein Wink: die Stelle, wo der neue Stempel hin soll, muß ganz leicht angefeuchtet werden, ehe du die Kartoffel oder das Ei aufdrückst. Natürlich mußt du ein bißchen herumexperimentieren, um erst mal genau herauszufinden, wie lange du drücken mußt usw. Es wird sich schon ein altes Dokument mit Stempeln finden, an dem du die Technik ausprobieren kannst.

Es kann passieren, daß das Papier sich durch die Feuchtigkeit wirft. Dagegen hilft folgender Trick: Du legst das Papier mit der Schrift

n a c h **u n t e n** auf ein paar Bogen sauberes, weißes Papier, und bedeckst es mit einem leicht angefeuchteten Bogen Lösch- oder Fließpapier. - Dann nimmst du ein Bügeleisen, und bügelst das Ganze aus. Das Eisen darf nicht zu heiß sein, und du mußt stark aufdrücken. (Das Dokument muß mit der Schrift nach unten auf dem trockenen Bogen liegen. Wenn die Schriftseite mit dem feuchten Löschpapier in Berührung kommt, fließt die Tinte aus. Also, Vorsicht!)

Eine andere, wirkungsvolle Methode ist die folgende: Du nimmst ein paar Blätter gewöhnliche weiße Haushaltgelatine und löst sie mit sehr wenig heißem Wasser in einer flachen Schale auf. Du kannst auch einen Eierbecher oder eine Untertasse nehmen. Die Gelatine erstarrt nach einer Weile zu einem festen „Pudding." Auf diesen Pudding legst du das Originaldokument so, daß der Stempel, den du kopieren willst, auf der Gelatine aufliegt. Nun reibst du vorsichtig mit einem harten, glatten Gegenstand, etwa dem Stiel einer Zahnbürste, die Rückseite des Papiers, so daß der Stempel gut auf die Gelatine aufgedrückt wird. Wenn du das Papier abhebst, befindet sich der Stempel auf der Gelatine. Nun kannst du dein neues Dokument auf die Gelatine legen und durch Reiben mit dem Zahnbürstenstiel den Stempel darauf übertragen. Der Gelatinepudding wird natürlich immer größer sein als der Stempel, den du kopieren willst. Du mußt deshalb auf dem Originaldokument alle Schrift usw. mit sauberem, weißem Papier abdecken, ehe du das Dokument auf die Gelatine legst. Sonst könnte Tintenschrift z.B. leicht verwischt werden. Falls es dir doch passiert, daß irgend etwas verwischt wird, ist deswegen noch nicht alles verloren. Du legst einfach d a s g a n z e D o k u m e n t einen Augenblick ins Wasser und erfindest eine glaubhafte Geschichte, daß du mit allen deinen Papieren in der Tasche ins Wasser gefallen bist. Noch besser ist, wirklich ins Wasser zu fallen, denn mit der Wahrheit kommt man immer am weitesten.

Inhaltsverzeichnis.

Seite

Einleitung 5

I. Kapitel
Hilfe für Alle.

1.) Schwere Rückenschmerzen 17
2.) Teilweise Lähmung 20
3.) Schmerz in der Brust 24
4.) Schwere Verdauungsstörung 26
5.) „Abwesenheit" 31
6.) Tuberkulose 36
7.) „Ansteckende" Halsentzündung 40
8.) Schwerer Durchfall 42

II. Kapitel
Hautkrankheiten.
(Besonders für chemische Arbeiter.)

Allgemeines 44
1.) Öldermatitis 47
2.) Trotylvergiftung 48
3.) Ausschlag auf der Stirn 50
4.) Körperausschlag 52
5.) Gürtelrose 54
6.) Gelbsucht 58
7.) Geschwür am Bein 62

Anhang
Praktischer Ratgeber.

Wie ruft man Ausschlag hervor? 64
Nützliche Pflanzen 66
Einkauf von Arzeneimitteln 69
Verschiedene Mittel zum Auslöschen von Tintenschrift 70
Reproduktion von Stempeln 71
73

NOTIZEN :

NOTIZEN :

NOTIZEN :

Es geschah. Mihailoff goß einen halben Liter in den Krug. Er trat vor die Bahre und rief:

„Sollst leben, Bruderherz!"

Er trank Der Tote nahm keine Notiz davon.

Mihailoff schüttelte ärgerlich den Kopf.

„Das liegt am Schnaps! Bringt einen Liter vom Besten!"

Die Verwandten brachten Liter um Liter.

Der Wunderdoktor trank und trank.

„Sollst leben? Bruderherz!", schrie er, „Sollst leben! Sollst leben!" Er soff solange bis er blau nach rechts und nach links baumelte und der Schnaps gar war. Da sah sich der Russe langsam im Raume um, musterte einen nach dem anderen, dann nickte er anerkennend dem Toten zu und rief voller Verwunderung:

„Das heiße ich einmal tot, Bruderherz!"

*

In die Trinkstube trat ein Mann.

Er ging zum Schanktisch.

„Rasch einen doppelten Korn!", rief er.

Der Wirt stellte das Glas auf den Tisch. Schon wollte der Fremde das Glas zum Munde führen, da tauchte ein Gesicht am Fenster auf und schaute in die Schankstube. Der finstere Schatten läßt den Mann mit dem Schnaps herumfahren. Kaum erblickt er den Fremden, setzt er das Glas zurück, wirft das Geld hin, nimmt seinen Hut vom Stuhl und verschwindet wortlos durch die Hintertür.

Der fremde Herr am Fenster tritt durch die Tür, geht zum Schanktisch, ergreift das volle Glas und leert es in einem Zug.

Der Wirt wagt einen Einwand.

„Wie können Sie ein fremdes Glas austrinken, Herr!"

„Der Andere ist doch weggegangen."

„Er wird sofort zurückkommen."

„Er kommt nicht mehr zurück. Er hat mich gesehen. Der Herr ist nämlich der zweite Vorsitzende des Antialkoholkongreß."

„Und Sie sind sein Gegner?"
Der Fremde lachte:
„Im Gegenteil! Ich bin der Erste Vorsitzende!"

*

Man sprach über die Krokodile des Nils. Unheimliche Sagen machten die Runde.
„Ist das Baden im freien Nil wirklich so gefährlich?", fragte einer von uns, „fallen die gefräßigen Krokodile tatsächlich die Menschen, an?"
Der Globetrotter schüttelte den Kopf.
„Das ist Aberglauben", sagte er, „Krokodile sind weder gefährlich, noch gefräßig. Im Gegenteil, sie bleiben meist drei Monate ohne Nahrung, ohne überhaupt etwas zu fressen."
Wir waren beruhigt.
„Na also! Dann kann man ja getrost im Nil baden!"
Der Globetrotter nickte:
„Unbesorgt! Das einzige, worauf man achten muß, ist nur, nicht gerade vor einem Krokodil ins Wasser zu steigen, das gerade drei Monate gefastet hat."

KARL LERBS

Bremische Anekdoten

Der neue Inhaber.

Vor langen Jahren, in friedlicher Vorzeit, sprach einmal ein Bettler im Kontor eines bremischen Kaufmannes vor, um zu seinen eigenen Gunsten eine wohltätige Handlung hervorzurufen.
„Och," sagte er bescheiden, „ob Sie wohl so freundlich wären un' ner armen blinnen Frau 'ne kleine milde Gabe zukommen lassen täten?"
„'ner armen blinnen Frau?!" sagte der Kaufmann erstaunt. „Menschenskind, Sie sünd woll reineweg mall?!"

„Sehnse, das is so," versetzte der Bettler: „Die arme blinne Frau, das war meine Schwester, un die is dscha nu gestorben, un ich hab ihr beerbt, un da denk ich nu, es wär doch schade, das schöne alte Geschäft so liegen zu lassen.

Zwiegespräch jenseits der Brücke.

„Gerd," sagt der alte Doktor Bestenbostel, als er an einem bitterbösen Herbstnachmittag auf Praxis ins Moor fahren wollte, zu seinem Kutscher (jetzt ist der alte Doktor Bestenbostel schon lange in die Grube gefahren) — „Gerd, ich bün en büschen müde, un es kann angehen, daß ich unterwegens einschlaf. Baß gut auf, wenn wir denn an die Brücke bei Langenbüttel kommen. Sie es man was wacklig, un Warnken sagt, sie hat letzte Nacht noch mehr abgekricht bei dem Deubelswetter, un man kann ümmer mal nich wissen."

„Herr Doktor," sagte Gerd, „da kommen wir voll fixweg über hin."

„Denn man jüh," versetzte der Doktor. „Abers du weckst mich, verstannen? Ich will wenigstens wach sein, wenn es ins Wasser runnergeht."

Als der Doktor aufwachte, grifflachte Gerd still vor sich hin, und die Brücke lag schon lange hinter ihnen.

„Gerd," sagt der Doktor, „warum hast du gleiniger Tunegel mich denn nich geweckt?"

„Och, Herr Doktor," versetzte Gerd, „Sie schliefen dscha so schön."

Empört richtete sich der alte Doktor Bestenbostel auf. „Gerd," sagte er, „wenn wir nu ins Wasser gefallen un abgesoffen wären, dennso hättst du auf deine alten Tage warraftig von mir den Mors vollgekricht."

„Herr Doktor," antwortete Gerd nicht minder empört, „dennso wär ich soforts aus'n Dienst gegangen."

Der Witwer.

Der Bauer Harm Oetjen in Lüttjenbüttel war, als das Schicksal ihm seine Frau Rosine genommen hatte, das Ziel einer allgemeinen Teilnahme, die sich besonders dadurch ausdrückte, daß ihm zahlreiche mehr oder minder verführerische Vorschläge für die Wahl einer Nach-

folgerin gemacht wurden. Man kam und ging — das heißt: Harm Oetjen hatte den Eindruck, daß man mehr kam als ging; und es war erstaunlich, wie viele geeignete Kandidatinnen vorhanden waren, von deren Durchsetzung sich die jeweiligen Vertreter (oder Vertreterinnen) irgendwie geartete eigene Vorteile versprechen durften.

Harm Oetjen hörte sich die Winke, Andeutungen und handfesten Angebote lange Zeit hindurch stumm an; eines Tages aber sagte er in ein plötzlich eintretendes Schweigen hinein nachdenklich:

„Tscha, so is das nu. Dschetz, wo mich meine Rosine heimgegangen is, wie der Pastohr gesagt hat, da kommt ihr alle mit'nander an un habt was un wißt was; aber voriges Monat, als meine beste Kuh gestorben is, da is denn dscha Keinein gekommen un hat mich 'ne annere angeboten."

Moorbäurin.

Drei bremische Jäger, die dem Getier im Teufelsmoor nachgestellt hatten, wurden einmal auf dem Rückweg zum Bahnhof von einem furchtbaren Gewitter überrascht. Sie irrten eine Weile schutzsuchend umher, wußten schließlich nicht mehr genau, ob sie sich noch auf dem Festlande oder schon im Moor befanden und waren schließlich froh, eine winzige Kate zu finden, die Unterstand bot. Es war nur eine alte, lederbraun verhutzelte Frau darin; sie wies ihnen stumm einen Platz am rauchenden Torffeuer an und setzte sich dann wieder in ihre Ecke, um murmelnd ihre Gedanken und Erinnerungen zu kauen.

Als das Gewitter in der Ferne vergrummelte, traten die Herren vor die Tür, um festzustellen, wo sie sich eigentlich befanden. Einer von ihnen entdeckte einen nicht allzufern aufragenden Fabrikschornstein und rief die Alte heraus: „Is das da drüber nich Osterholz-Scharmbeck, Mudder?"

Die Alte sah mit ihren hellen Augen flüchtig hinüber und hob gleichgültig die knochigen Schultern:

„Mag woll," sagte sie. „Unsere sagen das dscha. Ich bün'r noch nich hingewesen."

Druck:
Druckerei Dr. Middelhauve, Opladen